

DEZE WEEK:

Lijf & gezondheid Lees je fit!

Virussen, bacteriën, parasieten en schimmels

Hoer je met een soom?

Zo blij je met je handen van je gezicht af

De beste huidverzorgingsroutine voor derdigers

Het effect van ewitten op je sportprestaties



Minecraft Aalsmeer: Online de gemeente nabouwen

11-Jarige Julius nieuwe kinderburgemeester

Aalsmeer - De opvolger van kinderburgemeester Berber Veldkamp is bekend. Het is de 11-jarige Julius van Wilgenburgh. Hij is door een deskundige jury gekozen uit drie genomineerden. Julius zit in groep 7 van PCBS De Brug en zijn slogan is 'KidsKennenKids in Aalsmeer'. Donderdagochtend werd Julius in zijn klas met bloemen verrast door Berber en wethouder Bart Kabout. Berber vertelde aan Julius dat het hartstikke leuk is om kinderburgemeester te zijn, wethouder Kabout wenste Julius heel veel succes en zijn klas was trots dat ze de nieuwe kinderburgemeester in hun midden hebben.

Flinke discussie

Waar normaal door middel van campagnes en verkiezingen de nieuwe kinderburgemeester wordt gekozen, hebben de kandidaten in deze coronatijd video's gemaakt waarin ze vertellen waarom ze kinderburgemeester willen worden en wat hun belangrijkste ideeën zijn. Tussen de juryleden is stevig gediscussieerd over de video's. Die waren leuk en met veel enthousiasme gemaakt en de kandidaten hielden allemaal een goede presentatie.

Verbinden

Julius wil de kinderen in Aalsmeer en Kudelstaart verbinden door online met z'n allen de gemeente na te bouwen in een soort digitale legowereld, Minecraft Aalsmeer. Zelf heeft Julius de Watertoren al op die manier nagebouwd. Op YouTube is het sollicitatie-filmpje van Julius te zien (<https://youtu.be/a-8B-4pR-Hk>). Verder wil Julius alle scholen in Aalsmeer en Kudelstaart verbinden in een online YouTube setting. Zelf maakt hij al You-

Tube video's. Hij houdt er ook van om Pokémons te vangen met zijn vrienden en zit in de leerlingerraad van PCBS De Brug. Later wil hij naar de universiteit.

Meest vernieuwend

In de jury zaten naast de huidige kinderburgemeester Berber Veldkamp en wethouder Onderwijs en Jeugd Bart Kabout ook Heleen Broerse, directeur van basisschool De Ruimte, en Lenneke Heijger, teamleider van het Cultuurpunt Aalsmeer. De jury is unaniem in het oordeel dat Julius het meest vernieuwende plan heeft voor de kinderen in Aalsmeer.

Gisteren, woensdag 17 juni, is Julius tijdens de zitting van de kinderraad officieel geïnstalleerd. De keten wordt dan in de raadszaal van het raadhuis overgedragen door Berber aan Julius.



EVELEENS
makelaars o.z.

Powered by team Karin Eveleens

eveleens.nl

Deukje? Welk deukje?

Denk niet langer aan schade dan nodig is

Vertrouwd, vakkundig en snel

ABS Pijnaker Aalsmeer autoherstel

Adres Schinkeldijkje 2 Tel. 020-6478001

ELECTRO WORLD HARTELUST

Oosteinderweg 279, Aalsmeer
Tel. 0297-326454
info@hartelust.nl • www.hartelust.nl

Miele specialist
Eigen technische dienst

Gemeente Aalsmeer

VOOR HET OFFICIËLE GEMEENTENIEUWS ZIE PAGINA 8

ADVERTEREN?

IN DE **Nieuwe Meerbode**

INFORMATIE:
☎ 0297-341900
☎ 06-54216222
✉ **VERKOOPAALSMEER@MEERBODE.NL**

Voor **méér lokaal nieuws** uit de regio!

ZIE ONZE SITE: MEERBODE.NL

GEEN KRANT?
0251-674433

WOW

BARBECUE
Jamie Oliver BBQ, Ø 56,5 cm.
189,00
89,-

Jamie Oliver All Rounder BBQ, houtskool, hoogte 117,5 cm, Ø 56,5 cm, met asvanger en thermometer.

Intratuin Ter Aar • www.intratuin.nl/teraar

VERRAS JE PAPA OP VADERDAG!

intratuin

BOSSE
ELEKTROTECHNIEK

- elektrotechniek
- inbraakbeveiliging
- domotica
- zonnepanelen
- oplaadstations

www.bosse-elektro.nl

Gezocht: Finance Manager

Antenna
www.antennagroep.nl

marskramer

Het boek 'Kudelstaart in oorlogstijd'

NU TE KOOP BIJ

VOOR €24,95

MARSKRAMER KUDELSTAART
Einsteinstraat 119 • Kudelstaart • 0297-362990

Weer afval gedumpt...

Aalsmeer/Kudelstaart - Het gaat al beter met het verwerken van het toegenomen afval. De gemeente en Meerlanden hebben afspraken gemaakt om vaker een rondje langs de inleverpunten te gaan en op enkele druk bezochte locaties zijn extra afvalbakken geplaatst. Het blijft echter toch een hardnekkig probleem. Nog met regelmaat wordt afval gedumpt bij de inleverpunten. Omdat thuis de afvalbak vol zit? Ook grof vuil (meubelstukken en andere grote materialen die niet passen in de grijze container) worden hier neergezet. Geen tijd, zin of mogelijkheden om de afvalstraat van de Meerlanden te bezoeken? Afgelopen weekend was het weer raak in Kudelstaart. Bij het inleverpunt bij de Proosdijhal zijn diverse zakken met huisafval neergezet. Uiteraard zijn de gemeente en Meerlanden in kennis gesteld en zijn inmiddels de vuilniszakken en het losse afval opgehaald. Blijft natuurlijk jammer zo'n illegale dumping. Samen voor een schoon Aalsmeer ging even niet op, maar nieuwe rondes, nieuwe kansen voor inwoners én Meerlanden, want:



Plastic afval

"Vanmorgen (maandag) langs drie plasticbakken in Kudelstaart gelopen om mijn plastic afval in te gooien. Alle drie helemaal vol en om de bakken heen nog de nodige vuilzakken vol met plastic. Het plastic maar weer thuis neergezet, hopende op legere bakken halverwege de week. Maar nu dat de zoveelste keer is, krijg ik langzaam maar zeker zin om het maar bij het restafval te gooien. Want zeker die plasticverpakkingen van vlees, vis, kaas en dergelijke gaan behoorlijk stinken", aldus Annemiek Blomk in een mail naar de krant.





NU GEOPEND!

BESTEL JE TICKETS OP WWW.FLORIWORLD.NL

OPENINGSAANBIEDING

JULI EN AUGUSTUS
€17,50

EXPERIENCE THE MAGIC OF REAL AND VIRTUAL FLOWERS AT FLORIWORLD!

*De strijd is gestreden
met telkens nieuwe moed.
Verbazingswekkend krachtig
't Is op, zo is het goed.*

Op 92-jarige leeftijd is rustig ingeslapen

**Cornelia Maria Theresia
Versteeg-Mussert
Cora**

Amsterdam
6 september 1927

Amstelveen
11 juni 2020

weduwe van G. Versteeg

Arjo en Loes
Britt en Onno
Jente

Hans en Hannie
Annelies en Dennis
Teun

Cora en Charles

Correspondentieadres:

A. Versteeg
Albrechtstraat 12
1433 JD Kudelstaart

De crematie heeft inmiddels plaatsgevonden.

ENIGE EN ALGEMENE KENNISGEVING

*Degenen die ik liefheb, verlaat ik,
om degenen die ik liefhad terug te vinden.*

Jan Eshuis

Nieuwer-Amstel
14 maart 1936

Aalsmeer
28 mei 2020

Op donderdag 28 mei stond voor ons de wereld even stil. Op deze dag is een uniek persoon, mijn echtgenoot, onze vader en opa, mijn broer en zwager, onze oom ons ontnomen.

Jeannette Eshuis-Strebus

Carina en Danny
Ric
Loua

Jan †
Nick

Cor en Marie-José
Diana en Danny

Meester Sixlaan 15
1181 PK Amstelveen

*Op 4 juni hebben mijn afscheid
en de bijzetting in het familiegraf
in besloten kring plaatsgevonden
op Begraafplaats Zorgvlied
te Amsterdam.*



*Herinner mij, maar niet in sombere dagen.
Herinner mij in de stralende zon,
hoe ik was toen ik alles nog kon.*

Bedroefd, maar dankbaar voor alle liefde die wij van haar mochten ontvangen, geven wij u kennis van het overlijden van onze lieve moeder, oma en groot-oma

Anje van Pelt-Westerveld

- Annie -

weduwe van Rens van Pelt

Landsmeer,
15 augustus 1928

Aalsmeer,
16 juni 2020

Dirk en Annie
Marion (in liefdevolle herinnering)

Gerrit en Ria

Anneke

Henk en Marja

Klein- en achterkleinkinderen

Correspondentieadres:
Uitvaartzorg De Meer
t.a.v. de familie Van Pelt
Jacobus Spijkerdreef 202
2132 PZ Hoofddorp

Onze moeder en oma is overgebracht naar Uitvaartzorg De Meer, Jacobus Spijkerdreef 202 te Hoofddorp, alwaar geen bezoek.

De afscheidsplechtigheid, voorafgaande aan de crematie, zal in besloten kring plaatsvinden op maandag 22 juni om 14.00 uur in crematorium Haarlemmermeer, Hoofdweg 1100 te Nieuw-Vennep. Wij hadden u graag uitgenodigd. Helaas is dit vanwege de overheid ingestelde maatregelen niet mogelijk.

U kunt de plechtigheid wel meekijken via een livestream. U gaat daarvoor naar de website:
www.pci-webcast.nl

en logt in met ceremonie ID: 139483
en wachtwoord: 3f8c45124ef6

Zo kunt u maandag toch bij ons betrokken zijn.

Onze speciale dank gaat uit naar de medewerkers en vrijwilligers van Zorgcentrum Aalsmeer voor de liefdevolle en toegewijde verzorging.

*'Fly me to the moon ...
In other words, hold my hand
In other words, I love you'*

Tot ons grote verdriet is overleden mijn lieve, zorgzame man, onze fijne vader, schoonvader en Opa Gerrit

Gerrit van der Steeg

Rijk-Haarlemmermeer Aalsmeer
4 september 1936 13 juni 2020

Met veel liefde en warmte hebben wij van elkaar afscheid kunnen nemen.
Wij zijn heel dankbaar voor wat hij voor ons heeft betekend.

Sara van der Steeg - Verzaal

Ruud en Marijke
Simone en Alex
Eveline
Michiel en Iris

Phoenicia en Neil
Vairacona en Jeremy
Jason

Linda en Peter
Fabian
Quinten en Maria

Vandaag, 18 juni, nemen wij in kleine kring afscheid in Crematorium Bouwens te Uithoorn.

Wij bedanken de medewerkers van Verpleeghuis Rozenholm voor hun liefdevolle ondersteuning in de afgelopen jaren.

Linnaeuslaan 54, 1431 JW Aalsmeer

Na een leven geleefd te hebben op zijn eigen wijze heeft mijn echtgenoot, onze vader, grootvader en overgrootvader na een strijd van 4 jaar afscheid genomen. We zullen hem zeer missen.

Klaas Moenis

13 april 1934

15 juni 2020

Corry Moenis - Slinger

Rob en Jolanda
Bas en Carolien
Eric en Annabel
Ben

Eddy en Layla
Kelvin en Chantall
Rowana

Marjon
Ramón

Korfstraat 34
1433 DD Kudelstaart

Klaas is overgebracht naar Uitvaartcentrum Finnema, Zwarteweg 108 te Aalsmeer, alwaar geen bezoek.

De crematieplechtigheid zal in besloten kring plaatsvinden.

Bij het vernemen van het overlijden van

Martien van den Hoort

gaan onze gedachte in eerste plaats uit naar zijn echtgenote Corrie, zijn kinderen en kleinkinderen. Het moet voor hen een groot verlies zijn.

Een verlies dat ook voor ons groot is:

Een man van het eerste uur van ons bedrijf.

Een man die altijd vrolijk was en altijd bereid tot het helpen.

Een man die mede ervoor heeft gezorgd dat het bedrijf is geworden van wat het nu is.

Een man die niet in problemen dacht maar in oplossingen.

Een man waarbij zijn collega's konden aankloppen als ze vragen hadden.

Een man die ook bij de bedrijfsfeestjes de toon wist te zetten.

Kortom iemand die node gemist gaat worden, wij willen Martin dan ook hiermee bedanken voor alles wat hij voor ons heeft betekend.

Lieve Martien rust zacht

Herma en Rob Ridders

**AVA Aalsmeer**

Wij zijn bedroefd door het overlijden van ons trouwe lid van verdienste

GERRIT van der STEEG



Wij zijn dankbaar voor wat hij voor AVA heeft gedaan en betekend en wensen zijn echtgenote, kinderen en kleinkinderen veel sterkte toe met de verwerking van dit verlies.

Leden en bestuur van Atletiek Vereniging Aalsmeer

UITVAARTZORG
De Meer

STEUN EN VERTROUWEN

06 - 576 275 40

*kleinschalig - korte lijnen - oog voor details
zorgzaam - maatwerk - liefdevol - flexibel*



Jacco van der Laarse

Jaap van der Maar

www.uitvaartzorgdemeer.nl | info@uitvaartzorgdemeer.nl

Samen creëren we een uitvaart waarin de persoonlijkheid van de overledene tot uiting komt: een uniek afscheid.



Natascha Honigh Madrid
Uitvaartverzorgster

Achterweg 40
2132 BX Hoofddorp
023 - 563 35 44
info@dunweg.nl

www.dunweg.nl



*"Wat een moeilijk laatste stukje maar
wat heb ik een prachtig leven gehad"*

Verdrietig, maar ook vervuld van trots en mooie herinneringen, hebben wij afscheid moeten nemen van onze lieve moeder, oma en overoma.

Alida Hazina Doeve - Venema - Ali -

in de leeftijd van 91 jaar.

*Onze dank gaat uit naar alle medewerkers van
Thuiszorg Aalsmeer, in het bijzonder "Team Oost"
en dokter Sjoerd Gulikers voor de
liefdevolle verzorging en begeleiding.*

Jan en Jos
Marlies en Bart
Ryan, Kyra, Roanne, Fenneke
Suus en Michel
Dean, Justin

Mar en Jos
Jan-Joost en Nicole

Aalsmeer, 15 juni 2020

Correspondentieadres:
Hornweg 57
1432 GD Aalsmeer

De crematieplechtigheid zal in besloten kring plaatsvinden.

Haar geest was nog sterk maar helaas, haar lichaam gaf het op.

Verdrietig om haar heengaan, hebben wij afscheid moeten nemen van onze schoonzus en tante op de leeftijd van 91 jaar

Ali Doeve - Venema

Co en Herma Doeve

Bart en Miranda
Ai-Ting en Sui-Chun

Mirella en Jeffrey

*Hoe mooier de herinnering
Hoe pijnlijker ons verdriet
Wij danken je voor wie je was
En wat je achterliet*

Bedroefd, maar dankbaar voor alle liefde die wij van hem mochten ontvangen, geven wij u kennis van het overlijden van mijn lieve man, onze geweldige vader en fantastische opa

JOHAN DEKKER

* 23 januari 1937

† 13 juni 2020

Cobi Dekker-van der Beek

Marius en Annelien
Nils
Amber

Catinka en Edward
Wilco
Lisa

Correspondentieadres:
Uitvaartzorg De Meer
t.a.v. de familie Dekker
Jacobus Spijkerdreef 202
2132 PZ Hoofddorp

De afscheidsplichtigheid heeft in besloten kring plaatsgevonden op donderdag 18 juni jl. in crematorium Bouwens, Noorddammerweg 40 te Uithoorn.

Bedroefd hebben wij kennisgenomen van het overlijden van ons lid, ere-lid en Gouden Speld Drager

Johan Dekker

Johan was ruim 64 jaar lid van onze vereniging.

Wij wensen Cobi en de familie veel sterkte.

Bestuur en leden van
EHBO Vereniging Aalsmeer

Ridy

Je wilde graag voor iedereen zorgen,
dat gaf je soms zorgen.
Veilig in Jezus' armen,
ben je nu zonder zorgen.

Onze lieve moeder, oma en groot-oma

Hendrika Gerritje Severin-van Tol

weduwe van Jacques Severin

* 18 mei 1938

† 9 juni 2020

Jacques en Gea
Jelmer en Myrthe
Renate en Frank
Noud, Marije
Dagmar en Rianne

Martin en Femmy
Lars en Jamie
Britt
Sten

Rob en Corina
Milan
Bob

Ruud en Wilma
Dorien
Marleen

Correspondentieadres:
Ruud Severin
Oostkanaalweg 15
2461 EP Ter Aar

Het afscheid heeft in besloten kring plaatsgevonden.

Onze dank gaat uit naar diegenen die haar met zorg en aandacht hebben omringd. Wij denken hierbij met name aan de medewerkers van Zorgcentrum Aalsmeer, in het bijzonder van de afdeling "Grote Poel".

Iedere uitvaart krijgt bij
ons de grootst mogelijke
persoonlijke zorg

Wanneer er iemand overlijdt staat de wereld even stil voor de nabestaanden. Het verdriet is intens, maar in korte tijd moet er ontzettend veel geregeld en georganiseerd worden. U wilt graag op een persoonlijke manier afscheid nemen van uw dierbare. Een uitvaart die past bij de overledene én de nabestaanden.

Uitvaartcentrum Finnema verzorgt met aandacht en respect de uitvaart. Voor kostbare momenten rondom de uitvaart, maar ook als een troostvolle herinnering. Het ervaren team van Uitvaartcentrum Finnema staat dag en nacht klaar om u zoveel mogelijk te ondersteunen en adviseren bij alle belangrijke beslissingen die u moet nemen rondom een begraving of crematie. Zij werken persoonlijk, respectvol en in stijl. Zo kunt u in alle rust rouwen en afscheid nemen van uw dierbare.

 **Uitvaartcentrum
Finnema**

Directe hulp na overlijden:
0297 325 865
(dag en nacht bereikbaar)

Uitvaartcentrum Finnema
Zwarteweg 108, 1431 VM Aalsmeer

Aula/Uitvaartcentrum De Ronde Venen
Ringdijk 4, 3648 EB Wilnis

www.uitvaartcentrumfinnema.nl

"En nu, wat verwacht ik, o HEERE!
Mijn hoop, die is op U".

Psalm 39:8

Wij hebben aan Gods liefde moeten toevertrouwen mijn
lieve vrouw, onze zorgzame (schoon)moeder en trotse oma

Cornelia Teeuwen - Vonk

- Corrie -

in de gezegende leeftijd van 85 jaar.

Leen Teeuwen

Marieke en Arjan

Anouk en Jeroen

Roméé

Britt en Jesse

12 juni 2020

Correspondentieadres:

Uitvaartzorg De Meer, t.a.v. de familie Teeuwen

Jacobus Spijkerdreef 202, 2132 PZ Hoofddorp

Na de afscheidsdienst in de Dorpskerk heeft de begrafenis
heden (donderdag 18 juni) plaatsgevonden op de Algemene
Begraafplaats te Aalsmeer.



*Een woord, een gebaar of een kaart
doet je zo goed,
wanneer je iemand die je zo liefhebt,
missen moet.*

We bedanken u voor uw medeleven na het overlijden
van onze lieve moeder, oma en superoma

Hillie Pols - Pols

Namens alle kinderen, kleinkinderen
en achterkleinkinderen.

Rijsenhout, juni 2020

In memoriam

22 juni 2018

22 juni 2020

Lieve Bieb

Voor altijd in ons hart.

We missen je heel erg

Arja, Bianca, Cara, Esther, Kunie, Miranda, Mirjam

SPMB
Bloemsierkunst

Peter en Marian
Stokman VOF



Voor al uw: bloemwerk, bruidsboeketten
(wij prepareren ook) en rouwaarrangementen,
persoonlijk advies, service en kwaliteit.

Hornweg 87 • 1432 GE Aalsmeer • 0297-32 78 38
www.stokmanbloemen.nl



VOOGES
brood & banketbakkerij

Aalsmeer • Amstelveen • Mijdrecht

Komende vrijdag en zaterdag in de winkels:

Vader verwen brood

Dit weekend is Vaderdag! Nog geen idee wat
je moet geven, wij hebben een lekkere tip.
Namelijk dit heerlijke suikerbrood met
banketbakkersroom en abrikozencompote.

€5,25

Vaderdag bosvruchtentaartje

Verwen je vader met deze unieke
uitvoering van ons welbekende
bosvruchtentaartje.

(geschikt voor
6-8 personen)

€9,95



Van harte welkom in de winkel
WE STAAN GRAAG VOOR U KLAAR!



Kijk ook op: www.bakkerijvooges.nl

NEGENDE AALSMEERSE HARINGPARTY

ZATERDAG 20 JUNI

is het dan eindelijk zover!

LEKKER HARING PROEVEN

Reserveren gewenst

Entree €6,-

Exclusief evenement

Op zaterdag 20 juni 2020 vanaf 15.00 uur.
Wij verkopen geen oude haring
voor nieuwe maatjes en wachten geduldig.
U bent van harte welkom! Tot 20 juni!

Regels die worden gehanteerd tijdens de 9e editie van de Aalsmeer Haringparty:

- Reserveren voor in het restaurant is verplicht (max 30 pers.).
- Gasten moeten ten alle tijde zitten aan een tafel.
- Het terras zal geopend zijn. Reserveren is niet verplicht, maar wel gewenst. Hierbij geldt echter vol=vol.
- Indien men niet tot hetzelfde huishouden behoort, geldt de 1,5 meter afstand m.u.v. 2 pers.



De unieke kans om de Hollandse Nieuwe eens lekker te proeven!

Hotel Chariot en Restaurant Centennial

Oosteinderweg 243 | Aalsmeer | Tel 0297 - 388144

KINDERBURGEMEESTER 2020 2021

JULIUS VAN WILGENBURGH

Alle leerkrachten, kinderen en ouders van PCBS de Brug

We zijn trots op je!

PC Basisschool De Brug

Het is echt waar

CLAUDIA

50 JAAR!

Van harte gefeliciteerd

Peter, Ron en Richard

Lieve Ellen,

Van harte gefeliciteerd!

50... JAAR OUD!

Dikke kus van ons,
Henk & Femke
Nick & Sem
Sam, Cris & Cas

Lieve Emmy en Gerard

Gefeliciteerd

met het smaragden huwelijk

liefs van de kinderen en kleinkinderen

Gratis afhalen:
Voor de liefhebber, een zwarte Philips Senseo koffiepad app, met toebeh. Tel. 06-47890256

Gevraagd:
Echte Aalsmeerse vlag met de leeuw en de paling erop, groot form. Tel. 0297-324217

beeldeneiland/atelier femke kempkes

juni & juli 2020
werkweek beeldhouwen/
bootsaron/ruimtelijk vormgeven

op 1 van de mooiste plekken van de omgeving
5 dagen werken aan een eigen project
in een volledig goottilloraard atelier

kunst natuur ruimte

bel of mail voor informatie:
femke 06 26 154 104 post@femkekempkes.nl
jaagpad 9 de kwakel

*** Gevraagd:**
Voor mijn hobby ben ik opzoek naar elektrische en gewone fietsen om te knutselen. Tel. 06-14069852

*** Gevraagd:**
Oudijzer o.a. radiators, kachels, fietsen, accu's, hekken, metalen kasten, witgoed en div. metalen. Tel. 06-23955521

*** Aanbieden:**
Poolse huisschilder heeft nog tijd beschikbaar ook rep. restaur. onderh. timmer en stucw. enz. Tel. 06-16510120

*** Gevraagd:**
Gooi uw oude of kapotte fiets niet weg. Ben met pensioen, mijn hobby is aan fietsen knutselen. Ik kom hem graag bij u ophalen. Tel. 06-26846071

*** Gevraagd:**
Oud ijzer, metalen, koperwaren, verwarmingsketels, fietsen, motoren, accu's en boten. Ontruimen van opstallen. Tel. 0297-329180

Te koop:
Houten tuin bankje €10,-. Tel. 0297-323692

Te koop:
Dressoir-muz. meub. hout-d.br., salontafel-rh-d.br., rookstoel kussens, beige vloerkleed €37,50. Droogrek (hang), stoommop, strijkplank €15,- + bos bloemen voor evt. bezorgen in regio Aalsmeer. Tel. 0297-320103

Te koop:
Eurotrail amou campingkast in draagtas kl. beige, afm. 61 x 57/41 x 140 cm in tas: 62 x 52 x 10,5 €40,-. Tel. 06-34917189

Te koop:
Mooie vouwwagen met walker opbouw tent €300,-. Tel. 06-13396102

Te koop:
Grote bankschroef (22kg) met bewijdtje 15 cm, werkt uitstekend €55,-. Tel. 06-53346064

Te koop:
Koga miyata adventure herenfiets. Framehg 54 cm, vergt enig onderhoud €145,-. Tel. 06-10372114

Te koop:
Lakesbury 5 tent 5 pers. als nieuw 1x gebr. met glasv. stokken en draagtas, afm. 380x480x215 cm €75,-. Tel. 06-34917189

Gratis afhalen:
Halogeen tuinverlichting 6 eenheden, zonnenscherm doek oranje, moet van de muur worden gehaald. Tel. 0297-340658

Te koop:
11 Porz beeldjes dbl p.st. €12,50. Fauteuil €50,-. Melkbus €35,-. Gr knuffel koe €10,-. 3 Dozen haarkl blond nw €10,-. Tel. 06-51155631

Te koop:
Mamafiets sparta amazone 7 v als nw met als nw polisport achter en bobike voorzijte met windscherm €285,-. Tel. 06-27363677

Te koop:
Grasparkieten div kleuren, p.st. €5,-. Zebrevinken zwartwang, p.st. €2,50. Tel. 06-28147051

Te koop:
Speeldoos beer €10,-. 6 Groene eierdopjes en zandloper €15,-. Fietsendrager €85,-. Jaren '50 poppenwagen en pop €25,-. Tel. 06-51155631

Te koop:
Grasparkieten p.st. €5,-. (Mijdrecht) Tel. 06-17630244

Te koop:
Spinning schoenen grijs agu mt 42 €7,50. Tuinlaarzen Dunlop nw mt 42 €5,-. Tuinlaarzen blauw mt 42 €2,50. Tel. 06-12281152

Te koop:
Baaltjes arm weidehooi van 2019, p.st. €5,-. Tel. 06-23667995

Te koop:
Div. Hummel (goebel) figuurtjes en een lief poppetje met kleertjes, i.g.st. p.st. €15,-. Tel. 0297-563650

Te koop:
Sjieke kobaltblauwe damestas met veel vakken nw., kort en lang te dragen €15,-. Tel. 0297-764010

Te koop:
Printer hl-30-40-cn brother i.z.g.st. €80,-. Tel. 0297-329399

Te koop:
Foto boeken + lezenover Australië: 5e continent, kakadou, Down under, Outback, Cooper pedy, Bullen €90,-. Video films over zuid west noord oost en midden Australië 15x €150,-. Videorecorder + kabel €125,-. 2 Nw: video banden €20,-. Tel. 06-21921738

Gevraagd:
Door verzamelaar drank/likeur/genever/whisky enz. miniatuur-flesjes, hoe ouder hoe liever. Tel. 06-53616312

VADERDAG

in alle kleuren...

HULLEMAN
brood en banket

Ophellalaan 111 • Aalsmeer • 0297 324530
Zijdelwaardplein 64 • Uithoorn • 0297 565275
Westwijkplein 62-68 • Amstelveen • 020 4417917
Hageland 103-105 • Amsterdam • 020 6176512
Buitenveldertselaan 178L • Amsterdam • 020 7220818
www.hullemanbroodenbanket.nl

UP
ULTIMATE PROVENCE

Dook verkrijgbaar in 3,0L en 6,0L

MAANDSPECIAL
6x75cl Ultimate Provence rosé + 1x1,5l MAGNUM
t.w.v. € 124,50 **NU!! €100,00**
(Per fles € 15,99 | Doos á 6 flessen € 90,00 | 1,5l MAGNUM á € 34,50)

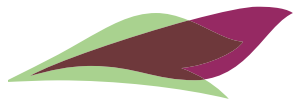
Bij aankoop van 12 flessen á 75cl Ultimate Provence rosé een 1,5l MAGNUM t.w.v. € 34,50 GRATIS!

GELDIG T/M ZATERDAG 27 JUNI

Wittebol WIJN

Ophellalaan 116, 1431 HM Aalsmeer
T 0297 32 58 37
E info@wittebolwijn.nl
www.wittebolwijn.nl

LET OP! EXTRA GEOPEND OP MAANDAG 22 EN 29 JUNI VAN 9.00 - 18.00 UUR
OPENINGSTIJDEN DI, T/M DO, 9.00 - 18.00 | VR, 9.00 - 20.00 | ZA, 8.30 - 17.00 | MA, GESLOTEN



GEMEENTE AALSMEER

Raadhuisplein 1, 1431 EH Aalsmeer
Postbus 253, 1430 AG Aalsmeer
Tel. 0297-387575, fax 0297-387676
Gemeente is ook bereikbaar via het lokale tel.nr: 140297
Email: info@aalsmeer.nl
Website: www.aalsmeer.nl

AANGEPASTE DIENSTVERLENING I.V.M. HET CORONAVIRUS COVID-19

Wij werken alleen nog op afspraak. U kunt telefonisch een afspraak maken op telefoonnummer 0297-387575. Dit doen wij om het bezoek aan het raadhuis zo veel mogelijk te spreiden zodat wij u nu en in de komende periode goed van dienst kunnen zijn.

INZAGE VAN STUKKEN

Gedurende de periode waarin de beperkende maatregelen gelden, ten gevolge van het coronavirus COVID-19, zullen er geen fysieke stukken op het raadhuis ter inzage liggen. Stukken waarvoor een inzageverplichting geldt kunt u tijdelijk alleen via de website van de gemeente inzien.

AFVAL

Vanaf dinsdag 24 maart worden maximaal vier klanten tegelijkertijd toegelaten op de milieustraat. Meerlanden vraagt mensen alleen met volle vrachten te komen, rekening te houden met extra wachttijden en de instructies van hun medewerkers op te volgen.

SERVICELIJN

Voor al uw klachten en meldingen kunt u bellen naar de Servicelijn: 0297-387575 of mailen naar: servicelijn@aalsmeer.nl.

CALAMITEITENTELEFOON

Bereikbaar buiten openingstijden en in het weekend via het hoofdnummer: 0297-381777.

SERVICEPUNT BEHEER EN UITVOERING PROVINCIE NOORD-HOLLAND

Voor al uw klachten over provinciale wegen en bruggen: tel. 0800-0200600 of mail naar: info-bu@noord-holland.nl

WIJKINFORMATIE

Heeft u vragen of wilt u informatie over overlegvormen voor bewoners in uw wijk? Iedere wijk in Aalsmeer heeft een wijkoverleg voor en door bewoners. Meer informatie over deze wijkoverleggen vindt u op www.aalsmeer.nl onder de button "Mijn Wijk" of op de gezamenlijke website van de wijkoverleggen www.wijkoverlegaalsmeer.nl

AFSPRAKEN BURGEMEESTER EN WETHOUDERS

Wilt u een afspraak maken met de burgemeester of een van de wethouders, dan kunt u dit doen via het bestuurssecretariaat. Voor een afspraak met de burgemeester kunt u bellen naar tel. 0297-387511. Voor een afspraak met een van de wethouders: tel. 0297-387512. Raadpleeg voor de portefeuilleverdeling www.aalsmeer.nl.

INSPREKEN IN DE COMMISSIE

Regelmatig wordt in commissievergaderingen gesproken over onderwerpen die inwoners persoonlijk of als lid van een organisatie aangaan. U kunt in een commissievergadering het woord voeren over geagendeerde onderwerpen. De inspreker krijgt maximaal vijf minuten de tijd om de raadsleden toe te spreken, waarna eventueel een korte vragenronde vanuit de raad volgt.



visitAalsmeer
Aalsmeer een werelddorp van bloemen en water.
Deel uw mooiste Aalsmeerse foto's met #visitaalsmeer en wij delen onze favoriete foto's.

BEKENDMAKINGEN

Hoe weet u of uw buurman een bouwvergunning heeft aangevraagd? De gemeente vindt het belangrijk u goed te informeren over zaken die uw directe leefomgeving aangaan.

- Alle officiële publicaties en bekendmakingen in Aalsmeer worden gepubliceerd op: www.officielebekendmakingen.nl, onderdeel van www.overheid.nl.
- Meld u aan bij www.overheid.nl en u ontvangt informatie over bekendmakingen per email.
- Installeer de gratis OmgevingsAlert App app op uw mobiele telefoon en u ontvangt alle relevante informatie via uw telefoon.

VERHUIZEN? GEEF HET DOOR!

In de Basis Registratie Personen (BRP) staat van de inwoners van een gemeente onder andere het woonadres vermeld. Bij een verhuizing heeft de bewoner(s) de wettelijke plicht binnen een vaste termijn aan te geven wat het nieuwe adres gaat worden. Niet iedere inwoner houdt zich echter aan deze verplichting.

BESLUIT OM BIJHOUDING PERSOONLIJST AMBTSHALVE OP TE SCHORTEN

De volgende personen wonen niet meer op het adres, waar zij volgens de Basisregistratie personen (BRP) staan ingeschreven. Dit blijkt uit onderzoek van de afdeling Publiekszaken. Het college van burgemeester en wethouders heeft besloten de persoonslijsten van deze personen in de BRP niet meer bij te houden.

Table with 4 columns: Geslachtsnaam, Voorletters, Geboortedatum, Datum beschikking. Row: Tavarez Il, M.D., 12-01-1997, 11-06-2020

Bezwaar indienen

Bent u het niet eens met ons besluit? Dan kunt u een gemotiveerd bezwaarschrift sturen naar: Het college van burgemeester en wethouders, Postbus 253, 1430 AG Aalsmeer, t.a.v. Juridische Zaken. U moet het bezwaarschrift hebben ingediend binnen zes weken na de dag waarop dit besluit is verstuurd.

In het bezwaarschrift zet u:

- uw naam en adres;
• de datum van uw bezwaarschrift;
• een omschrijving van het besluit waartegen u bezwaar maakt;
• waarom u het niet eens bent met ons besluit;
• uw handtekening;
• zo mogelijk uw e-mailadres;
• het telefoonnummer waarop u overdag te bereiken bent.

Wilt u liever digitaal bezwaar maken? Dan kan dit via www.aalsmeer.nl/bezwaarschrift. Hiervoor moet u wel over een elektronische handtekening (DigiD) beschikken. Kijk voor meer informatie op www.aalsmeer.nl, de folder "Bezwaarschrift indienen?". De folder is ook verkrijgbaar in de publiekhal van het gemeentehuis.

BEWAAR OUDE KLEDING THUIS

Omdat er door het coronavirus wereldwijd geen afzet is, moet al het ingezamelde textiel door de verwerker worden opgeslagen. Deze opslagruimte is niet oneindig en de kwaliteit van het textiel wordt slechter als het opgeslagen wordt. Daarom doet de gemeente Aalsmeer een beroep op u:

- Bewaar uw kleding voorlopig thuis;
• Leg geen zakken naast een overvolle container;
• Gooi geen textiel bij het restafval.

Hartelijk dank voor uw medewerking en begrip.

WET ALGEMENE BEPALINGEN OMGEVINGSRECHT

AANVRAGEN OMGEVINGSVERGUNNINGEN

Het college van burgemeester en wethouders maakt bekend dat de volgende aanvragen voor een omgevingsvergunning zijn ontvangen. De bijbehorende documenten kunt u inzien bij de balie Bouwen en Vergunningen in het gemeentehuis. Reageren op de aanvraag is mogelijk. U kunt een reactie sturen naar info@aalsmeer.nl onder vermelding van het dossiernummer.

- Ketelhuis 3, 1431 LS, (Z20-041802), het vervangen van de garagedeur door een houten kozijn met deur en 3 ramen
- Hoofdweg 142, 1433 JX, (Z20-041404), het plaatsen van dakkapellen over de gehele breedte van het dakvlak aan beide zijden van de woning
- Uiterweg 348, 1431 AX, (Z20-041322), het uitvoeren van funderingsherstel aan de begane grondvloer
- Oosteinderweg 21b, 1432 AC, (Z20-040857), het maken van een aanbouw tussen woonhuis en de bestaande berging
- Ampèrestraat 24, 1433 KZ, (Z20-040858), het kappen van een boom in de voortuin
- Oosteinderweg 28a, 1432 AL, (Z20-040282), het kappen van bomen i.v.m. het aanpassen van het leidingnet
- Aalsmeerderweg 237 en 239, (Z20-040272), het bouwen van twee woningen en het aanleggen van een extra in- en uitrit

VERLENGING BESLISTERMIJN AANVRAAG OMGEVINGSVERGUNNING, REGULIERE/UITGEBREIDE PROCEDURE

De beslistermijn is verlengd met zes weken. De beslissing op de volgende aanvragen zijn met toepassing van artikel 3.9, lid 2 van de Wabo verlengd:

- Aalsmeerderweg 186, 1432 CV, (Z20-019894), het vergroten/verlengen van de bestaande loods aan de achterzijde. Verzonden: 10 juni 2020
- Project Stommeerhoff (Polderzoom fase 2), achter de Stommeerkade, (Z20-026082), het bouwen van 30 eengezinswoningen, 10 twee-onder-een-kapwoningen en 8 boven-/benedenwoningen. Verzonden: 09 juni 2020

BUITEN BEHANDELING GESTELDE AANVRAGEN OMGEVINGSVERGUNNINGEN *

Het college van burgemeester en wethouders maakt bekend dat op grond van artikel 4:5 van de Algemene wet bestuursrecht de volgende aanvraag omgevingsvergunning buiten behandeling is gesteld. Tegen dit besluit kunt u bezwaar maken. Hoe u dat kunt doen leest u in het groene kader aan de onderkant van deze advertentie:

- Zwarteweg 99, 1431 VK, (Z20-026996), het vervangen van deuren en kozijnen (gemeentelijk monument). Verzonden: 12 juni 2020

VERLEENDE OMGEVINGSVERGUNNINGEN, REGULIERE PROCEDURE *

Het college van burgemeester en wethouders maakt bekend dat op grond van artikel 3.9 van de Wet algemene bepalingen omgevingsrecht besloten is de volgende omgevingsvergunning(en) te verlenen. Tegen de afgifte van deze vergunning(en) kunt u bezwaar maken. Hoe u dat kunt doen leest u in het groene kader aan de onderkant van deze advertentie:

- Hugo de Vriesstraat, t.h.v. nrs. 13- 99, (Z20-040165), het plaatsen van een materiaalcontainer t.b.v. dakwerkzaamheden bergingen tot en met 30 juni 2020. Verzonden: 15 juni 2020
- Schweitzerstraat 20, 1433 HD, (Z20-029843), het vergroten van de bestaande dakkapel aan de voorzijde van de woning. Verzonden: 12 juni 2020
- Helledaalstraat 7, 1431 ZG, (Z20-021478), het plaatsen van een nieuw raamkozijn met gewijzigde indeling op de eerste etage aan de voorzijde van de woning. Verzonden: 11 juni 2020

VERLEENDE OMGEVINGSVERGUNNINGEN, UITGEBREIDE PROCEDURE *

Het college van burgemeester en wethouders maakt bekend dat op grond van artikel 3.10 van de Wet algemene bepalingen omgevingsrecht besloten is de volgende omgevingsvergunning(en) te verlenen. Tegen de afgifte van deze vergunning(en) kunt u bezwaar maken. Hoe u dat kunt doen leest u in het groene kader aan de onderkant van deze advertentie:

- Thailandlaan 14B, 1432 DJ, (Z20-006592), brandveilig gebruik migrantenlogies Thailandlaan Verzonden: 11 juni 2020
- Thailandlaan 14A, 1432 DJ, (Z20-006591), brandveilig gebruik migrantenlogies Thailandlaan Verzonden: 11 juni 2020

VERGUNNING INGETROKKEN

- Marktstraat 34, 34A, 1431 BE (Z20-031354), het vervangen van een pand. Verzonden: 20-05-2020

MELDINGEN AKKOORD

- Oosteinderweg 313, 1432 AW (Z20-040562), het slopen van de woning en twee blokhutten. Verzonden: 01-09-2020

EVENEMENTEN

Voor meer informatie over evenementen verwijzen wij u naar www.vvaalsmeer.nl. Op deze site vindt u de evenementenkalender waaruit u kunt afleiden welke openbare evenementen gaan plaatsvinden.

COLLECTES

Voor meer informatie over het vaste collecterooster verwijzen wij u naar de site van www.cbf.nl.

WET GELUIDHINDER***

Het college van burgemeester en wethouders maakt bekend dat op grond van artikel 8:3 van het Bouwbesluit 2012 is verzocht om vaststelling van hogere waarden vanwege het realiseren van een hoogwaardige openbaar vervoerverbinding tussen Schiphol Zuid en Uithoorn van 4 september tot 19 oktober 2020, op het perceel kruispunt Burgemeester Kasteleinweg - Legmeerdijk.

Dit verzoek, met de daarop betrekking hebbende stukken, ligt gedurende 6 weken, tijdens de openingstijden, ter inzage op het gemeentehuis bij de afdeling Veiligheid en Handhaving. Als u tevens een mondelinge toelichting wenst, dient u eerst een afspraak te maken met een medewerker van de afdeling. Afspraken kunnen worden gemaakt op dinsdagen en donderdagen tussen 8.30 en 12.00 uur. Een afspraak maken kan via telefoonnummer 0297-387 575. Een ieder kan met betrekking tot deze verzoeken, binnen zes weken, mondeling of schriftelijk een zienswijze indienen bij het betreffende bestuursorgaan. Hoe u dat moet doen leest u in het groene kader aan de onderkant van deze advertentie.

TER INZAGE:

t/m 25-06-20 Ontwerp 'Kaders zonne-energie' met bijbehorende stukken (Z20-025644)

WET ALGEMENE BEPALINGEN OMGEVINGSRECHT

De officiële mededelingen en bekendmakingen zijn een wekelijkse publicatie van de gemeente Aalsmeer. In deze rubriek staan officiële mededelingen en bekendmakingen die voor u van belang kunnen zijn. Bijvoorbeeld van bouwplannen bij u in de buurt. Bovendien wordt vermeld waar u de plannen kunt bekijken en hoe u er bezwaar tegen kunt indienen. U kunt de officiële mededelingen en bekendmakingen ook vinden op www.aalsmeer.nl.

* Bezwaar

Een (omgevings-)vergunning, met de daarop betrekking hebbende stukken, ligt zes weken na de dag van verzending ter inzage bij de afdeling Veiligheid, Vergunningen en Handhaving. U kunt op dinsdag en donderdag tussen 8.30-12.00 uur op afspraak inzage krijgen in de stukken op het gemeentehuis te Aalsmeer. U kunt een afspraak maken via tel. 0297-387575. Op grond van artikel 7:1 Algemene wet bestuursrecht kan een belanghebbende binnen zes weken, na de dag van verzending van het besluit, schriftelijk een gemotiveerd bezwaarschrift indienen bij het bevoegde bestuursorgaan.

** Beroep

De (omgevings-)vergunning, met de daarop betrekking hebbende stukken, ligt zes weken na de dag van verzending ter inzage bij de afdeling Veiligheid, Vergunningen en Handhaving, tel. 0297-387575, de openingstijden zijn op dinsdag en donderdag tussen 8.30-12.00 uur. U kunt een afspraak maken voor een gesprek binnen deze tijden met een medewerker van de afdeling vergunningen voor uw vragen over bouwen en vergunningen. Op grond van artikel 8:1 Algemene wet bestuursrecht kan een belanghebbende binnen zes weken, na de dag van verzending van het besluit, schriftelijk een gemotiveerd beroepschrift indienen bij de Rechtbank van Amsterdam.

*** Zienswijze

Gedurende de termijn (zes weken vanaf de dag dat het ontwerp ter inzage is gelegd) kan een belanghebbende schriftelijk en/of mondeling zijn zienswijze tegen het ontwerpbesluit naar voren brengen. De schriftelijke zienswijze wordt ingediend bij burgemeester en wethouders van de gemeente Aalsmeer, postbus 253, 1430 AG, Aalsmeer. Degene die buiten de openingstijden inzage wil hebben en degene die mondeling zijn zienswijze naar voren wil brengen, kan contact opnemen met de afdeling Veiligheid, Vergunningen en Handhaving via tel. 020-5404911.

BEWEZEN DE GOEDKOOPTSTE.

Verkrijgbaar van
woensdag 17 t/m
zondag 21 juni



PER STUK
4.99

Vaderdagschnitt
Voor circa 6 personen
Van 5.99

Bekijk alle cosmetica
aanbiedingen op
hoogvliet.com/folder

Bestel ook op
gebakshop.hoogvliet.com



3 STUKS
4.99

**Zwitsal deodorant,
Axe, Dove of Rexona**
Alle soorten
Van 7.17 - 20.70



NU
**1+2
GRATIS**

Chocomel of Fristi
3 flessen van 0.3 liter
Van 2.90 - 3.33
Voor 0.98 - 1.11



800 GRAM
3.99

Rundergehakt
Van 4.79



NU
**2+1
GRATIS**

G'woon chocoladereep of -tablet
Alle soorten
3 stuks
Van 2.76 - 4.98
Voor 1.84 - 3.32



NU
**1+1
GRATIS**

Banderos
Alle soorten
2 stuks
Van 0.78 - 3.58
Voor 0.39 - 1.79



NU
**1+2
GRATIS**

Robijn wasverzachter
3 flessen van 750 ml
Van 8.55 - 11.97
Voor 2.85 - 3.99



2 PAKKEN
8.49

**Douwe Egberts Aroma
Rood, Décafé of Intens**
2 zakken van 500 gram,
pakken van 500 gram of
zakken met 54 pads
Van 9.36 - 13.58



500 GRAM
3.99
Per kilo 7.98

Blauwe bessen
Beker van 500 gram
Van 5.99

Deze actie is geldig van woensdag 17 t/m dinsdag 23 juni 2020, tenzij anders aangegeven bij de aanbieding. Per combinatie kan de prijs verschillen. Bij 2+1 gratis krijg je 33.34% korting, bij 1+1 gratis krijg je 50% korting en bij 1+2 gratis krijg je 66.67% korting op de totaalprijs. Zet- en drukfouten voorbehouden.

Gevarieerd aanbod voor volwassenen Films ook als matinee in Cinema Amstelveen

Amstelveen - Volwassenen kunnen in de avond en op dinsdag-, woensdag-, zaterdag- en zondagmiddag genieten van een gevarieerd filmaanbod in Cinema Amstelveen. Zo trakteert de bioscoop op 'Emma', de nieuwe, frisse verfilming van het beroemde boek van Jane Austen. Is Tom Hanks Mister Rogers in 'A Beautiful Day in the Neighborhood' en wordt het lachen en meeleven met veearts Jan (Finkers) en universitair docent Gedda (Ter Stee-

ge) in 'De Beentjes van Sint-Hildegard'. Ook aanraders: 'La Vérité' met de topactrices Catherine Deneuve en Juliette Binoche en de artfilm 'Leonardo The Works' over Leonardo da Vinci. Deze film is alleen nog te zien op zondag 21 juni om 15.20 uur. Het is het noodzakelijk om vooraf online te reserveren via www.cinemaamstelveen.nl (ook met een Cinevilpas). Bekijk het complete filmaanbod inclusief aanvangstijden op www.cinemaamstelveen.nl



Bob in de BOVENLANDEN

Lente maakt plaats voor de zomer



je, de rijke, zwarte aarde is altijd vochtig genoeg door het omringende water. Tussen de moerasplanten, bomen en struiken op deze akkers groeien volop pinksterbloemen, margrietten en kruidachtigen. Deze eilanden van de stichting zijn een lust voor het oog en vanaf de boot goed te fotograferen.

Wirwar

Tussen alle weelderige water- en oeverbloemen is het een wirwar van nieuw leven, jonge eendjes, meerkoet- kinderen, waterhoentjes, fuitjes. Samen met hun ouders genieten ze van de vroege zomer. De vele ganzen die het gebied herbergt hebben hun kleintjes al bijna groot gebracht. Vreemd eigenlijk dat de eendjes alleen door hun moeder worden grootgebracht, de woerden hebben het maar gemakkelijk....

Een drama

Onze naaste burens, pa en ma waterhoen hadden in het bamboebos naast onze woning een mooi veilig nest gebouwd. Plotseling ontwaarde ik zes kleine zwarte pluizenbolletjes. Wat een genot om te zien. Na een paar dagen werd het onderkomen te klein, de pulletjes groeiden uit hun jasje. Hard werd er gewerkt aan een nieuwe woning een paar meter verderop. Moeder nam uiteindelijk uitgeput tegen de schemering de kinderen onder haar vleugels op het nieuwe nest, terwijl vader tevreden tussen mijn waterlelies lag te rusten. Maar, deze rust werd wreed verstoord! Gekrijs, gespetter en paniek! Een van de buurkatten die ons altijd vriendelijk ontdoet van de grote populatie muizen was gearriveerd. Hij of zij is ervandoor gegaan met een van mijn lieve pluusjes. Het bleef nog lang onrustig rondom de ark. Het gezinnetje durfde niet meer terug naar het nieuwe huis en heeft de hele nacht dakloos rondgezwommen. De volgende ochtend vond ik het gezinnetje terug bij hun oude 'te kleine' woning, druk vergaderend over... hoe nu verder...
Reageren?
bob@bovenlanden.nl

Bloem tijdelijk in de opslag

Aalsmeer - Menig inwoner heeft het zich vast al afgevraagd. Waar is de blauwe bloem met het gele hart langs de Legmeerdijk gebleven? Het kunstwerk is tijdelijk

weggehaald. Op de plek waar de bloem van Barbara Nanning stond, wordt namelijk de weg verbreed. Om het kunstwerk te beschermen, heeft de gemeente deze weggehaald en in de opslag geplaatst. Als de werkzaamheden eind 2021 klaar zijn, wordt aan dit icoon weer een mooie plek in de buurt van de oude locatie gegeven.



Atelier Femke Kempkes Werkweek of -weekend op het Beeldeneiland

De Kwakel - Na een bijzondere tijd in de wereld, in Nederland en op het Beeldeneiland in De Kwakel wordt weer wat meer ruimte gegeven om elkaar te ontmoeten! Ook het Beeldeneiland heeft met de 1,5 meter maatregelen in acht genomen de deuren weer geopend! Het Beeldeneiland is bereikbaar met de heen- en weer-boot en er is meer dan ruimte genoeg om gezond met elkaar te werken in de natuur. Beeldhouwen in steen, houtwerken, boetsen, werken met staal: het kan allemaal, evenals tekenen en schilderen! Het Beeldeneiland beschikt over buitenwerkplekken in het weiland met weids uitzicht, overdekte werkplekken maar wel buiten en heerlijk ruime binnenwerkplekken met veel licht. Alle gereedschappen en materialen zijn aanwezig. Inspiratie kan worden gevonden bij de enorme kunstboekenverzameling, de natuurlijke omgeving en bij elkaar. Er zijn meer-

dere mogelijkheden; tijdens de werkplaats dagen (iedere dinsdag van 10.00 tot 15.00 uur), tijdens een volledig verzorgde werkweek met heerlijke lunch, tijdens een werkweekend of tijdens de bijzondere 'vijf vrouwen-dagen'! Alles natuurlijk corona-proof. De werkweek vindt dit jaar plaats van zondag 28 juni tot en met donderdag 2 juli, alle dagen van 9.30 tot 17.00 uur volledig verzorgd van warming-up in het weiland tot gezamenlijke afsluiting einde dag. En op zaterdag 4 en zondag 5 juli wordt een werkweekend georganiseerd, beide dagen beeldhouwen of boetsen van 10.00 tot 17.00 uur en volledig verzorgd. Interesse? Mail, bel of kom gewoon een keer langs op de koffie dinsdagen vanaf 10.00 uur. Het Beeldeneiland-atelier van Femke Kempkes is te vinden aan het Jaagpad 9 in De Kwakel. Telefoon: 06-26154104 en mail: post@femkekempkes.nl
Foto: Yvette van Mook

Vrijwilligerscentrale Voor Elkaar Webinar 'Weer veilig aan de slag' op 23 juni

Aalsmeer - Op dinsdag 23 juni organiseert de Vrijwilligerscentrale Amsterdam in samenwerking met Aalsmeer- en Amstelveenvoorelkaar een gratis webinar van 11.00 tot 12.00 uur over hoe je als vrijwilligersorganisatie op een veilige manier je activiteiten weer kunt opstarten. Tijdens deze online bijeenkomst gaat Marijke Altenburg, adviseur van de Vrijwilligerscentrale Amsterdam, in gesprek met Marty Jacobs, hygiëneskundige bij de GGD. Dit doen zij aan de hand van praktische vragen van vrijwilligersorganisaties. Dit is het tweede webinar over dit onderwerp. Het zijn op zichzelf staande webinars, dus ook als je de eerste online bijeenkomst niet hebt gevolgd, kan je dit zonder problemen bijwonen. En als je het eerste webinar gevolgd hebt, biedt deze bijeenkomst weer nieuwe inzich-

ten. Aanmelden vóór dinsdag 23 juni via: www.aalsmeervoorelkaar.nl/cursusaanbod/2480. Sta je nog niet ingeschreven op de site van Aalsmeervoorelkaar, meld je dan rechtstreeks aan bij Margo Rijkkerk via: mrijkerk@vrijwilligerscentrale-amstelland.nl. Voor meer informatie en om in te lezen check de pagina 'weer-veilig-aan-de-slag' op de website van Aalsmeervoorelkaar.



Jeugdprogramma op Radio Aalsmeer Kim van Let's Go ontvangt Stephanie van Eer

Aalsmeer - Tot aan de zomervakantie sluit Kim tussen 17.00 en 18.00 uur de week af en geeft het startsein voor het weekend bij Radio Aalsmeer met 'Let's Go and Stay Home'. En dat het weekend goed gaat beginnen is zeker, want Kim heeft een interview met Stephanie van Eer. Stephanie zou je onder andere kunnen kennen van haar rol als Shirley in Spangas en JoJo in Goede Tijden Slechte Tijden. Maar waarschijnlijk kennen de meeste kinderen haar van de Zapp Kids Top 20, die zij iedere zaterdagochtend presenteert. Afgelopen zaterdag was alweer de laatste uitzending voor de zomervakantie-stop en die was sinds lange tijd weer in de Zapp Kids

Top 20 studio. Want in de afgelopen weken presenteerde Stephanie dit programma gewoon vanuit haar eigen huis. Kim is benieuwd hoe dat was en wie haar daarbij hebben geholpen. En natuurlijk is Kim benieuwd naar wat Stephanie nu het allerleukste vindt om te doen, presenteren of acteren en wat is eigenlijk haar favoriete muziek? Je hoort het allemaal aanstaande vrijdag.

Wie verdient er Super Titel?

Wat je ook vrijdag gaat horen is op welke school de Super Juf en Super Meester van 2020 zitten. In de afgelopen weken kon jij je meester en juf opgeven voor deze titel. Alle aanmeldingen zijn

Vanaf 1 juli een uurtje de frisse lucht in SAM: Rolstoelwandelen kan en mag weer

Aalsmeer - Eindelijk, eindelijk mogen de bewoners van de Zorgcentra in Aalsmeer er weer op uit. Na maanden verplicht binnen zitten kan er vanaf 1 juli weer gewandeld worden met mensen in een rolstoel. "Afgelopen maandag werd ik gebeld door de Activiteitenbegeleider van Zorgcentrum Aalsmeer. Men had besloten dat er vanaf 1 juli weer gerolstoelwandeld kan worden", vertelt Marie Kluihaar, rolstoelcoördinator van Stichting SAM. "Het zal anders gaan dan zoals we gewend zijn, omdat er niet meer in groepjes op de dinsdagmiddag gelopen wordt maar eigenlijk de hele week door. De vrijwilligers kunnen aangeven op welke dag en tijd zij kunnen lopen en die lijst gaat naar de Zorgcentra. Zij zullen er dan voor zorgen dat op die dag en tijd iemand in de hal klaar zit om er lekker op uit te kunnen", vervolgt zij. Marie is ook vrijwilliger bij het Koosterhof en meteen heeft zij daar geïnformeerd of men er daar ook positief tegenover staat om op die datum weer te gaan rolstoelwandelen. Ook daar kreeg zij groen licht. Rozenholm vergadert er nog over. Er wordt nu een protocol opgesteld om de maatregelen voor de Zorgcentra en de vrijwilligers van Stichting SAM in vast te leggen, zodat alle partijen weten hoe ze

moeten omgaan met de RIVM maatregelen. De groep rolstoelwandelaars kunnen de komende week aangeven wanneer zij beschikbaar zijn, zodat er voor 1 juli een schema gemaakt kan worden en het wandelen weer kan beginnen.

Vrijwilligers gezocht:

Hoe meer mensen bereid zijn om een uurtje per week of per twee weken (of anders) met bewoners uit de Zorgcentra's, mensen die weken in eenzaamheid binnen hebben gezeten, een uurtje de frisse lucht in te gaan hoe meer bewoners naar buiten kunnen. Dus voel je dat je iets voor een ander kan/wil doen, dan is dat nu een prachtig moment. En jongeren/studenten zouden dit ook heel goed kunnen en juist in de zomervakantietijd zijn er veel rolstoelwandelaars nodig. Uiteraard wordt iedereen goed geïnstrueerd hoe met een rolstoel, waarin een oudere zit, om te gaan. Meld je aan! Neem contact op met Marie Kluihaar via 06-20893879 of stuur een mail naar: info@stichtingsam.eu. Stichting SAM is een Aalsmeerse stichting die als oogmerk heeft iets voor de ander te betekenen en activiteiten te ontplooiën voor de medemens. Kijk voor meer informatie op: www.stichtingsam.eu

Intieme concerten bij Poppodium Duycker

Hoofddorp - Poppodium Duycker opent haar deuren voor het intieme programma 'Liefde voor Muziek'. Iedere donderdag in juni staan er twee lokale acts in de spotlight. Artiesten in een kleine setting op een groot podium, medewerkers die de planken betreden en de grote zaal als intieme huiskamer. Een prachtige setting in een bijzondere situatie. Het programma in juni is vernoemd naar de landelijke campagne 'Liefde voor Muziek'. Een initiatief van de voltallige Nederlandse muziekindustrie. Ruim 9000 artiesten, organisaties en bedrijven uit de gehele breed-

te van de muziekbranche steunen de campagne met hart en ziel. Poppodium Duycker sluit zich ook aan bij deze petitie en wil hier aandacht voor vragen. "Maar", zegt programmeur Kay Koopmans, "we willen met dit programma ook lokale artiesten ondersteunen. Daarom gaat de ticketopbrengst in zijn geheel naar de artiesten op deze avonden." Op donderdag 25 juni betreden Fabienne Julie en Colourful Minds het podium. In de maand juni is de zaal capaciteit 30 personen. Tickets worden uitsluitend verkocht via de website www.duycker.nl



Natuurzwembad 2 maanden open Burgemeester verricht opening Het Oosterbad

Aalsmeer - Aanstaande zaterdag 20 juni wordt Het Oosterbad schoon gemaakt voor de opening die gaat plaatsvinden op woensdag 1 juli. Om 13.00 uur zal burgemeester Gido Oude Kotte deze dag de opening verrichten. Het natuurzwembad aan de Mr. Jac. Takkade gaat open voor

twee maanden, juli en augustus. Het schijnen warme maanden te worden, dus heerlijk om volgens RIVM-richtlijnen verkoeling te zoeken in het water. Na de opening is het mogelijk om, voor een aangepast bedrag, een abonnement te kopen. Er wordt gevraagd om per pin te betalen.

bij elkaar gegooid en daar zijn een Juf en Meester uitgehaald. Benieuwd wie het zijn? Tja, dan moet je even wachten tot en met 26 juni want dan worden de juf en de meester uitgenodigd in de studio, samen met de kinderen die hen hebben opgegeven. Hoe de uitzending precies gaat verlopen dat gaat Kim je vrijdag vertellen. Let's Go is vrijdag te horen en te zien van 17.00 en 18.00 uur. Heb je een foto en/of filmpje die je wilt delen? Dat kan via letsgo@radioaalsmeer.nl. Volg Let's Go ook op facebook www.facebook.com/letsgoradioaalsmeer/



'Let's Go' ontvangt Stefanie van Eer.
Foto: Kiki Reijners

VADERDAG: KOPEN BIJ DE BLOEMENZEGELWINKELIERS IS VOLOP KEUS!



VERWEN VADER EENS MET



**NIEUWE HARING
WANT HIJ IS
ER WEER!**

of laat hem zelf wat lekkers kiezen
& geef een cadeaubon!



VISHANDEL VEERMAN

Ophelialaan 97 Aalsmeer | Tel. 0297-327453
www.vishandelveerman.nl

LAAT NÚ UW
TENT OF BOOTZEIL
REPAREREN

door Zeilmakerij

Balder

Leimuident
Vriezenweg 10a
Tel.: 0172 - 507941

Te koop:
Nwe Targus laptop tas voor €10,-. Tel. 06-53346064

Te koop:
Campingwasmachine z.g.a.n. €30,-.
Centrifuge €15,-. Tel. 06-43510276

Te koop:
Bedframe hout 210x145 + 2xlatten-
bodem €17,50. 2xWastafelonder-
kast-verpl. wit hout lisboa p.st. €10,-.
2st. Bergmeubels-hout-geverfd
(hang of pootjes) resp. deurtjes
of 6 laden, 1st. bergmeubel-wit;
p.st. €7,50. Tel. 0297-320103

Gall & Gall KUDELSTAART

PROOST OUWE!

De beste cadeaus
voor Vaderdag
op 21 juni

Kom een kijkje nemen
in de winkel voor
meer inspiratie!



Gall & Gall KUDELSTAART

Einsteinstraat 79b • 1433 BD Kudelstaart • 0297-362040

Vanaf € 30,- gratis bezorgen

DUO plant EXPORT
IMPORT

Het adres voor al uw bloemwerk,
boeketten, rouwarrangementen, bruidswerk
en abonnementen, zowel zakelijk als privé.

Kijk voor meer info op duoplant.nl

Voor **aanhangwagenreparatie-
en onderhoud ga naar**

Aanwezig van
08.00 tot 13.00 uur.

JoVar
TECHNIEK

Banden, onderdelen
en laswerk.

Aalsmeerderweg 230 | info@jovar.nl | www.jovar.nl

George Kluinhaar 06-41130020

Alu-Specials

Onderhoudsbedrijf en nieuwbouw van:

- ▶ Aluminium-Kunststof kozijnen
- ▶ Veranda's-Serres-Windschermen
- ▶ Puien-Ramen-Deuren-Gevelelementen
- ▶ Levering en plaatsing alle soorten glas
- ▶ Zonwering-Horren-Luxe parasols

Helling 66, 1431 BT Aalsmeer
Tel. 0297-343382 | Fax 0297-569768
E-mail: info@alu-specials.nl
www.alu-specials.nl

**VRACHTWAGENS
BESTELWAGENS
TRAILERS
AUTO'S
SCHADE HERSTEL
APK KEURING
REPARATIES**

DEWA

0297 761 609 | 06 242 455 35
dewahandelsonderneming@gmail.com

AALSMEER/AMSTELVEEN
GRATIS HAAL- EN BRENGSERVICE

20% KORTING OP ALLE REPARATIES

Te koop:
10 Nw. witte dinerborden 27x27
€12,-. Sola bord met 12 amuselepels
nw. in doos €15,-. 2 Grote bussen
bladglans €10,-. Tel. 0297-321733

Gevraagd:
Klein goed werkende videocamera
met toebeh. hoofdz. om mini DV
bandjes af te kunnen spelen. Tel.
0297-327868

**HENK VAN DER SCHAFT
grond- en sloopwerken b.v.**

Aalsmeerderweg 359, Aalsmeer
M 06-53242372
Wschafloopwerken.nl

zoals: ijzer, koper,
aluminium, lood,
zink, kabel enz.

**INNAME VAN AL
UW OUDE METALEN**

Altijd een eerlijke prijs!

Te koop:
Herenfiets, 3 versn. €40,-. Partytent
3x3, €5,-. Tel. 06-27122702

Te koop:
3 Kunststof bloem-plantenbakken
75x25 cm met ophangbeugels p.st.
€10,-. Tel. 0172-509847

Gevraagd:
Accordeon oud of defect haal ik
gratis bij u op voor onze hobby. Tel.
06-38094349

Te koop:
Voor op de camping: mini wasma-
chine sirocco- afm. 45x50x50 (bxhxd)
€15,-. Verrijdbare airco merk Holland
electro- afm. 50x85x30 (bxhxd) €75,-.
Tel. 0653-667733

Te koop:
Kinderlk. 120x60 incl. matras, zijkant
kan eruit, incl. anti-uitval plank,
weinig gebruikt €15,-. Tel. 0297-
323890

Te koop:
I.v.m. aanschaf all season banden 4x
alu velg enzo met zomer michelin
205/55 r16 91h, laatste seizoen
€100,-.
Tel. 06-27263325

**P.C. VAN DER STEEG
TANDTECHNIEK**

**R. MEERLEVELD
TANDPROTHETICUS**

Kunstgebitten, frame's, reparaties, rebasing
Vergoeding door alle zorgverzekeraars

Gespecialiseerd in klikgebit
op implantaten



Organisatie van
Nederlandse
Tandprothetici

Pierre van der Steeg
Dolf Meerleveld
Lid Ont: 304
Oosteinderweg 390
1432 BG Aalsmeer
0297-321676
www.tppmeerleveld.nl

**ELECTRO
WORLD**

HARTELUST

www.hartelust.nl

Wegens omstandigheden zijn wij gesloten
op vrijdagmiddag 19 juni en 26 juni.

Alleen 's middags gesloten, dus 's morgens gewoon open.

Oosteinderweg 279 • 1432 AV Aalsmeer • Tel. 0297-326454 • info@hartelust.nl • www.hartelust.nl



Van vrijwilliger naar molenaar bij korenmolen 'De Leeuw': Job Kluis: "Hij stond stil, dat vond ik zo zonde"

Aalsmeer - Jop Kluis is al sinds 1996 molenaar van Korenmolen de Leeuw in het centrum van Aalsmeer. Hij begon als vrijwilliger, maar groeide al snel door in de taak van molenaar. Tegenwoordig heeft de Leeuw een grote groep actieve molenaars, die de molen draaiende houdt én een groep enthousiaste vrijwilligers die het winkeltje draaiende houdt.

Waarom bent u molenaar geworden?

"Ik ben speciaal voor deze molen molenaar geworden. Hij stond stil, dat vond ik zonde. De molen was wel open voor bezoekers. Eens in de 10 weken moest je dan een middagje beneden zitten. Maar het ding stond stil, dat

was zo zonde. Toen ben ik aan de opleiding als molenaar begonnen, om de molen weer te laten draaien."

Is er een speciale opleiding om molenaar te worden?

"Daar is een landelijke opleiding voor. Die heb ik ook gevolgd. Bij mij is het niet heel hard gegaan, want dan moet je ergens heen om les te krijgen en dan stond de molen alsnog weer stil. Ik heb er naar verhouding heel lang over gedaan, maar wel in de tussentijd met de molen gedraaid. Inmiddels zijn we uitgegroeid tot een hele grote groep molenaars. Ook mensen die we hier zelf opgeleid hebben."

Wat leer je precies bij die opleiding?

"Om te beginnen leer je molens

echt kennen. Zo zijn er allerlei verschillende typen windmolens, die je allemaal moet kunnen bedienen. Daarbij leer je een heel stuk weerkunde. Daar zit heel veel kennis in, want je moet in ieder geval voor komend half uur weten of het bijvoorbeeld gaat onwrenen of dat er draaiwinden komen. Verder zit er een stuk geschiedenis van molens in de opleiding. Afhankelijk van de soort molen, zit er ook een stuk productkennis bij. Eigenlijk wordt er na deze opleiding van je verwacht een molen goed zelfstandig te kunnen beheren. Tegenwoordig hoort daar ook nog stuk gastvrijheid bij. Hoe je bijvoorbeeld met bezoekers omgaat, hoe je bezoekers interesseert, maar ook hoe met de gemeente om te

gaan met betrekking tot bestemmingsplannen."

U noemt molenaar zijn een hobby, doet u dit naast uw normale baan?

"Ja, het is echt ernaast. In Nederland zijn maar een paar echte beroepsmolenaars. Mensen zijn wel voor hun beroep met molens bezig, zo hebben provincies vaak een adviseur molenzaken. Dat is afhankelijk van de provincies, zo heeft de Flevopolder geen molens, maar in Zuid-Holland staan er zo ongeveer 400.

Beroepsmolenaars, dus molenaars die rond kunnen komen van bijvoorbeeld koren malen, zijn er bijna niet meer. Tien, maximaal vijftien in Nederland."

Is de korenmolen nog helemaal actief?

"Ja! Er wordt volop gemalen bij ons. Grotendeels gaat dat naar mensen die thuis hun eigen dingen bakken. We hebben ook een paar grotere afnemers. Een paar hele leuke! Het zeilschip 'De Stad Amsterdam', vaart meestal op de Middellandse Zee en bakt aan boord hun eigen brood met ons meel! Eens in de zo veel tijd moeten we een paar honderd kilo naar Zuid-Frankrijk opsturen. Op dit moment zijn we verder bezig met een experiment met bakkers, om met biologische tarwe zuurdesembrood te maken."

Wat is het mooiste aan het zijn van molenaar?

"Elke molenaar heeft zijn eigen favoriete onderdeel. De geschiedenis, het technische deel of het weerkundige deel. Zelf vind ik het heel leuk dat het iets anders is dan het kantoorwerk wat ik normaal gesproken doe.

Het allermooiste vind ik de continuïteit. Mijn moeder komt van het dorp af, die vertelde altijd dat ze als kind zijnde het schoolraam uitkeek en wegdroomde bij het draaien van de wieken. Mijn eigen dochter had dat ook, met dezelfde molen. Dat vind ik echt heel erg leuk."

Tekst en foto: Nienke Oosting

'Kudelstaart in Oorlogstijd' te koop bij De Marskramer

Martijn van Berkel: "Het boek verkoopt zichzelf"

Kudelstaart - Afgelopen Bevrijdingsdag, 5 mei, heeft de Stichting Kudelstaart in Oorlogstijd (SKiO) het boek 'Kudelstaart in Oorlogstijd' gepresenteerd. Het boek vertelt over gebeurtenissen in Kudelstaart tijdens de Tweede Wereldoorlog en is gebaseerd op een reeks interviews die zijn gehouden in de jaren negentig door Jan Buskermolen. De interviews zijn nooit gepubliceerd, maar al die tijd bewaard gebleven in de ouderlijke woning van de in 1992 overleden Buskermolen. Zijn onderzoek naar de belevenissen en gevolgen voor de inwoners van Kudelstaart gedurende de oorlogsjaren kon hij helaas

niet afronden tot een boek. Wel is het manuscript en de documentatie bewaard gebleven. Dit manuscript bestaande uit interviews met in de Tweede Wereldoorlog actieve Kudelstaarters (waaronder verzetsmensen en onderduikers) en de verzamelde documentatie zijn de basis geweest van het boek. Verder is gebruik gemaakt van een archief met correspondentie (brieven) tussen in Duitsland tewerkgestelde Kudelstaarters en de toenmalige dorpspastoor Van Kessel.

Werk broer voortzetten

Het initiatief van 'Kudelstaart in Oorlogstijd' is van Piet Busker-

molen. Hij heeft het werk van zijn broer voortgezet en er samen met geschiedkundige Dick van Wees en de leden van de opgerichte stichting vorm aan gegeven.

Er is naast de interviews allerlei informatie verzameld, contact gezocht met nabestaanden die genoemd zijn in de interviews of waarvan brieven opgenomen waren in het archief met correspondentie. Het boek geeft al met al een goed beeld van Kudelstaart in de Tweede Wereldoorlog. Er wordt ingegaan op Kudelstaart in de crisis-jaren voorafgaand aan de oorlog en op de eerste jaren van de wederopbouw. Echter, het zwaartepunt ligt op de oorlogsjaren en op wat er in die tijd allemaal in Kudelstaart is gebeurd.

Enthousiaste groep

Het boek is tot stand gekomen onder leiding van Dick van Wees, geschiedkundige en voormalig geschiedenisleraar en bekend als (co)-acteur van diverse boeken over de geschiedenis van onder andere De Kwakel en Uithoorn. Hij is naast eindredacteur ook schrijver van het boek en hij heeft de enthousiaste groep vrijwilligers van de werkgroep layout en publicatie begeleid. Deze bestond naast Piet Buskermolen uit Frans Kuipers, Jacques van der Weijden en Wijnand Oostveen.

Jan Buskermolen (1940-1992) genoot in Kudelstaart en Aalsmeer een grote bekendheid als geschiedenschrijver. Hij heeft een belangrijke bijdrage geleverd aan het boek 'Kudelstaart, geschiedenis van een grensgeval' en schreef het boekwerk '75 Jaar Antonius-

school.

75 Jaar bevrijding

Bewust is gekozen om het boek in 2020 uit te brengen, het jaar dat Nederland 75 jaar geleden bevrijd is. Het boek leest makkelijk, is interessant voor iedereen die Kudelstaart een warm hart toedraagt en voor iedereen die geïnteresseerd is in grote en kleine verhalen uit de Tweede Wereldoorlog. Het boek beslaat 194 pagina's, is rijkelijk geïllustreerd, gebonden met een harde kaft en kost 24,95 euro.

Sponsors en steun

Het boek kon tot stand komen dankzij een groot aantal sponsors. Eén daarvan is De Marskramer in Kudelstaart. Eigenaar Martijn van Berkel werkt kosteloos mee aan de verkoop van het boek in zijn winkel. Zelf heeft Martijn geen familieleden die in het boek genoemd worden. Hij is weliswaar een geboren en getogen Kudelstaarter, maar zijn ouders komen van oorsprong uit Leimuiden en Roelofarendsveen. "Maar, het is een interessant en herkenbaar boek. Leuk om meer te weten te komen over de geschiedenis zo dichtbij. De meeste kopers zijn enthousiast. Ze komen uit Kudelstaart of de nabij omgeving en vinden dat ze het boek moeten hebben. Het geeft een stukje toegevoegde waarde aan onze woonplaats."

Veel tijd en energie

Dit bleek al direct bij de voorinschrijving waarvoor veel animo was. "De verkoop nu loopt ook prima, is succesvol. Bijna dagelijks gaat er wel een boek de deur uit." Natuurlijk vindt Martijn van Berkel het fijn dat 'zijn' Marskramer het verkooppunt heeft mogen worden, maar zo zegt hij nuchter: "Als het de lancering was geweest van een plaatselijk biertje, dan was Gall & Gall het beste verkooppunt geweest. Het boek past het beste bij mijn winkel hier in

Opbrengsten voor KWF kankerbestrijding Boek: 'Patat': Het leven van een Aalsmeerse rat

Aalsmeer - Twee jaar geleden vroeg Aalsmeerder Marcel Maarse aan zijn nicht Sanne Kuipers om hem te helpen met het schrijven van zijn eigen biografie. Hij wilde zijn levensverhaal graag op papier hebben en had daar wat hulp bij nodig. Saai was zijn leven niet, want de jeugd van Marcel was een groot avontuur. Hij ging met zijn maten vaak net iets verder dan de 'gewone man'. Hij had bijvoorbeeld een bovenmatige interesse voor het maken van bommen die hij op verlaten terreinen in Aalsmeer tot ontploffing bracht. Maar ook na zijn jeugd ging hij op avontuur en leek alles van stom geluk aan elkaar te hangen. Zo zag het er in ieder geval uit voor de buitenwereld. In zijn binnenwereld speelden hele andere dingen af, want hij droeg een geheim met zich mee dat hij nooit aan iemand durfde te vertellen. Een ogenschijnlijk kleine gebeurtenis moest hij zijn verdere leven als een zware last met zich meedragen. De titel van het boek is 'Patat' het leven van een Aalsmeer-

se rat. 'Patat' naar de bijnaam die zijn vrienden hem gaven. Helaas is Marcel Maarse te vroeg overleden om het resultaat te kunnen bewonderen. Op zijn verjaardag 19 juni is het boek te bestellen via www.boekenbestellen.nl. Daarnaast ligt het boek vanaf 1 juli in de winkel bij Boekhuis Aalsmeer. Alle opbrengsten gaan naar KWF kankerbestrijding.



Postcode Loterij trakteert Hele wijk in Kudelstaart wint cadeaukaarten

Aalsmeer - Een hele wijk (postcodegebied 1433) in Kudelstaart valt in de prijzen in de trekking van de Postcode Loterij. De winnaars winnen per lot een shop-togoed van 50 euro dat kan worden ingeruild voor diverse cadeaukaarten naar keuze. Deze cadeaukaarten zijn te besteden bij ondernemers en winkeliers in de buurt.

Naast de schenkingen aan goede doelen, wil de Postcode Loterij zo ook via het prijzenpakket een steentje bijdragen en de ondernemers een hart onder de riem steken. Zo winnen de buurtbewoners, maar ook de lokale ondernemers! Winnaars krijgen ook

de mogelijkheid om een deel van het gewonnen tegoed te doneren aan Voedselbanken Nederland. Winnaars worden binnenkort per brief over hun prijs geïnformeerd.

Lokale ondernemers

De gevolgen van de coronacrisis zijn ingrijpend en juist nu is steun voor ondernemers in de buurt extra waardevol. Daarom heeft de Postcode Loterij het prijzenpakket van de trekkingen van april, mei en juni uitgebreid met in totaal 17,5 miljoen euro aan cadeaukaarten, te besteden bij ondernemers en winkeliers in de buurt.



Kleine bijdrage budget Buurtinitiatieven Buurthuis 'corona proof'

Aalsmeer - Dankzij enorme inzet van een aantal bestuursleden is buurtvereniging Hornmeer er in geslaagd haar leden weer in groepen bij elkaar te krijgen. Het buurthuis aan de Dreef is corona-proof gemaakt. Alles binnen de RIVM maatregelen en goedgekeurd door de wijkagenten. De bewoners kunnen elkaar weer ontmoeten, boeken lenen bij de buurtboekenkast en onder ande-

re kunnen voor groepjes bijeenkomsten en kaartavonden georganiseerd gaan worden. Ook is het buurthuis geschikt gebleken voor de training Ontspanning in Zicht van het Participe team. Bij alle activiteiten kan voldoende afstand bewaard worden. De 'herinrichting' is mede tot stand gekomen dankzij een kleine bijdrage uit het budget Buurtinitiatieven.

het centrum." Dat Martijn de verkoop belangeloos op zich heeft genomen, is wat hem betreft eigenlijk heel gewoon. "Ik heb grote bewondering voor de makers. Ze hebben er heel veel tijd, energie en geld ingestoken. Ik hoef er niet veel voor te doen. Het boek verkoopt zichzelf wel."

Lokale producten

Het boek en de verkoop ervan heeft wel de ogen van Martijn lokaal verder geopend. Er is

best veel vraag naar 'eigen' lokale producten. Martijn denkt er nu over om puzzels van de Westeinder en/of van de kerktoeren te laten maken. "De Jan van Haasteren puzzels hebben we nu wel af, tijd voor een echte plaatselijke puzzel", besluit hij. Als vaderdagcadeau komen de puzzels net te laat, maar je (o)pa zondag trakteren op 'Kudelstaart in Oorlogstijd' is wel mogelijk en valt vast en zeker in de smaak!

Door Jacqueline Kristelijan



TE HUUR



UNIEKE KANTOORRUIMTE



In het businesscenter van Green Park Aalsmeer is per direct een kantoorruimte beschikbaar van circa 22 m². Het pand beschikt over een mooie, groene ontvangthal, flexplekken, een koffiecorner en een loungehoek. Daarnaast kunt u gebruik maken van meerdere vergaderruimtes. De perfecte locatie om uw klanten te ontvangen! Het businesscenter ligt pal naast de N201 (Thailandlaan 6).



Green Park Aalsmeer

Voor meer informatie: gpa@greenparkaalsmeer.com of 0297-368 415.

EVELEENS

makelaars o.z.



UNIEKE KANS!

Recreëren in eigen land op dit prachtige eiland aan de Koddespoel. Grootte 2.705 m². Bezichtigingen op afspraak. Vraagprijs € 115.000,- k.k.



WWW.EVELEENS.NL • INFO@EVELEENS.NL
PUNTERSTRAAT 2 • 1431 CT AALSMEER • 0297 - 344 444



A-MERK ALTijd IN DE BONUS.

Gewoon bij Hoogvliet

Ontdek jouw Hoogvliet in Aalsmeer:

- ✓ Iedere week meer dan 100 aanbiedingen
- ✓ Vers brood uit **eigen** bakkerij
- ✓ Spaar voor **gratis** producten met je kassabon

STUNT
1+1 GRATIS

Appelsientje of Van de Boom sap
2 pakken van 1 liter
Van 2.44 - 3.52
Voor 1.22 - 1.76



Hoogvliet in Aalsmeer:
Aalsmeerderweg 207, Aalsmeer
Beethovenlaan 52, Aalsmeer

NU
1+1 GRATIS

Alle soorten zonnebrand of aftersun
2 stuks
Van ~~13.14~~ - 41.58
Voor 6.57 - 20.79



Deze actie zijn geldig van woensdag 17 t/m dinsdag 23 juni 2020. Per combinatie kan de prijs verschillen. Bij 1+1 gratis krijg je 50% korting op de totaalprijs. Zet- en drukfouten voorbehouden.

 **Hoogvliet**



Wethouder Wilma Alink (rechts) met Angelique en Cynthia van Ons Tweede Thuis.

Gewone leven komt beetje bij beetje terug

Elkaar weer ontmoeten bij Ons Tweede Thuis

Aalsmeer – Het gewone komt beetje bij beetje terug. Zo ook op het dienstencentrum van Ons Tweede Thuis. Bewoners en colle-

ga's Angelique en Cynthia zijn na een paar maanden afwezigheid vanwege alle maatregelen rondom corona weer aan het werk ge-

gaan. Ze bereiden het centrum voor op het nieuwe normaal en ontvangen wethouder Wilma Alink om haar rond te leiden. Ondanks

dat langzaam maar zeker deuren weer opengaan, zijn ze er bij Ons Tweede Thuis nog niet. En dat is op het dienstencentrum goed merkbaar. Want waar Cynthia en Angelique binnenkort weer afhaallunches zullen verzorgen, is ook een verhuizing gaande om de 1,5 meter op deze locatie te kunnen waarborgen. Wethouder Alink mocht in ieder geval een kijkje in de keuken nemen: "Ik ben heel blij voor deze meiden dat ze weer lekker aan de slag kunnen. In Aalsmeer moet iedereen mee kunnen doen. Corona heeft dat moeilijk gemaakt en dat zij binnen moesten blijven is eigenlijk heel oneerlijk."

Prokkelweek

Het is deze week de Prokkelweek: een week waarin mensen met en zonder verstandelijke beperking elkaar ontmoeten. Door corona was het helaas minder goed mogelijk leuke activiteiten in deze week te organiseren. "Maar eigenlijk is ontmoeten toch iets van iedere dag", aldus de wethouder. "Iedereen is anders, maar we zijn allemaal mensen en evenveel waard. Ik vind het mooi dat dit in het dienstencentrum zo duidelijk zichtbaar is." Na afloop van het bezoek nodigde de wethouder Angelique en Cynthia dan ook uit om zodra het weer kan een keertje bij haar langs te komen op het raadhuis: "Ik heb nu gezien waar jullie werken. Ik zou het wel leuk vinden als jullie ook eens komen kijken bij mij. En als het weer mogelijk is om hier te lunchen, kom ik zeker een keertje terug."

Gevarieerd aanbod Radio Aalsmeer The Voice Kids-finalist bij 'Young Ones'

Aalsmeer - Woensdag 24 juni mag Jonas een interview houden met Rogier Baris tijdens het jeugdprogramma 'Young Ones' om 19.00 uur. De 15-jarige Rogier was finalist bij de laatste Voice Kids en zag de overwinning net aan zijn neus voorbij gaan. Maar hoe was dit grote Voice-avontuur voor hem? Hoe was het samenwerken met zijn bijzondere coach Anouk? En hoe ziet zijn toekomst eruit? Heb jij ook een vraag voor deze talentvolle jonge zanger, acteur en musicalster? Mail dan naar youngones@radioaalsmeer.nl. Ook worden enkele meiden geïnterviewd via Skype vanaf het trainingsveld van het project Generation One. Dit is het eerste meidentalentteam in de geschiedenis van het Europese voetbal dat ook in hoofdklasse uitkomt tegen jongens. Hun doel is het speelveld gelijk trekken tussen mannen en vrouwen. En Jonas gaat ook nog René Romeijn van Sportservice interviewen over welke sportieve activiteiten je kunt gaan ondernemen in de zomervakantie.

Schrijver Frans Sitvast
Debuterend schrijver Frans Sitvast publiceerde eind 2019 zijn fantasy boek 'Schemertijd'. Frans woont in Amstelveen en startte enkele jaren geleden met het schrijven van verhalen met een fantasie element, iets sprookjesachtigs. Hij komt bij 'Echt Esther' donderdagavond om 19.00 uur vertellen over zijn boek. Een vraag voor Frans? Mail deze voor donderdag aan esther@radioaalsmeer.nl.

Vaderdag bij 'Love Radio'
In het muziekprogramma 'Love Radio' (romantische muziek & love songs) kunnen favoriete Vaderdag-verzoeknummers aangevraagd worden, eventueel met een lieve en persoonlijke tekst. Zet je vader in het zonnetje en stuur je verzoekje in via loveradio@radioaalsmeer.nl tot uiterlijk 20 juni. De uitzending is zondag tussen 21.00 en 22.00 uur te beluisteren. Natuurlijk zijn ook je andere verzoekjes van harte welkom in dit 14-daagse muziekprogramma gepresenteerd door Richard Koning.



Voice Kids finalist Rogier Baris te gast bij 'Young Ones'.

Rouwervaringen

In de uitzending van 'Blikopener Radio' op maandag 22 juni is Babet te Winkel te gast. Zij begon een logboek van rouwervaringen waar ze een woord voor zou willen en dat resulteerde in een rouwwoordenboek. Bovendien is zij samen met Marlon Doomen het project Verlieskunst begonnen. Project 1 is het maken van Verlieskaarten, een alternatief voor de traditionele condoleancekaarten. Verder in de uitzending de vertrouwde Week van Wilg waarin Esther Gons iedereen bijpraat over technische innovaties en twee columnisten over hun vakgebied.

Componisten bij 'Intermezzo'

Op maandagavond 22 juni zal presentator Sem van Hest tijdens

het programma 'Intermezzo' aandacht besteden aan de componisten Debussy, Liszt en Schubert. 'Intermezzo' wil klassieke muziek meer onder de aandacht brengen van het Aalsmeerse publiek. Wekelijks tussen 21.00 en 23.00 uur zoeken de programmamakers de mooiste muziekstukken uit voor liefhebbers van klassieke muziek.

Gesprek met wethouder

Op woensdag 24 juni ontvangen Erik Kreike en Sem van Hest wethouder Bart Kabout in hun programma 'Radio Aalsmeer Politiek (RAP)'. Inmiddels is wethouder Kabout vijf maanden lid van het college. Hoe heeft hij die beginfase ervaren, wat heeft corona voor invloed en hoe wil hij de komende jaren voor Aalsmeer een positieve balans creëren? Vragen van luisteraars aan de wethouder kunnen telefonisch gesteld worden tijdens het programma tussen 18.00 en 19.00 uur via 0297-325858. Het programma 'All About Music' van Stevan van der Voet is hierdoor eenmalig verschoven naar 20.00 uur. Radio Aalsmeer is te beluisteren via 105.9 FM in de ether, 99.0 FM op de kabel, digitaal radiokanaal 868 (Caiway), via de website www.radioaalsmeer.nl en te bekijken via kanaal 12 van Caiway, kanaal 1389 van KPN/XS4ALL/Telfort of radioaalsmeer.nl/tv.

Allerlaatste woningen in de verkoop Onbezorgd wonen in de jonge wijk Maricken

Regio - Tussen Amsterdam en Utrecht, nabij de Vinkeveense Plassen ligt de Maricken. Een jonge wijk grenzend aan Wilnis, Mijdrecht en Vinkeveen, drie dorpen met elk hun eigen karakter. Vanaf 17 juni zijn de allerlaatste woningen in deze gewilde wijk in verkoop. Er is keuze uit ruime gezinswoningen, verschillende typen twee-onder-een-kapwoningen en enkele bijzondere, vrijstaande eilandwoningen. Allen met een klassieke uitstraling, veel leefruimte en een heerlijke diepe achtertuin. Wonen op het eiland of aan een groene woonstraat? Het kan in deze gezellige, groene wijk die bijna compleet is. De verkoop is op 17 juni om 13.00 uur online van start gegaan. Ook kunnen belangstellenden op vrijdag 19 juni tussen 15.00 en 19.00 uur in het

verkoopkantoor aan de Marickenlaan terecht. Benieuwd naar het aanbod? Op de website is meer informatie te vinden: www.demaricken.nl. In de Maricken voelen mensen zich snel thuis. Alle dagelijkse voorzieningen, zoals winkels en scholen, zijn op loop- en fietsafstand te vinden. De Vinkeveense Plassen en andere bijzondere natuurgebieden liggen om de hoek. Door de centrale ligging is de Maricken een ideale woonplek voor mensen die werken in (de buurt van) Amsterdam en Utrecht. Onbezorgd genieten, dat kan in de Maricken. De Maricken leeft al volop. Al in 300 woningen wordt met plezier gewoond. Gemeente De Ronde Venen en Bouwmaatschappij Verwelius B.V. werken nauw samen om de wijk tot een prettige leefomgeving te maken.



Hollandse nieuwe proeven! Zaterdag haringparty bij Chariot en Centennial

Aalsmeer - Hotel Chariot en restaurant grandcafé Centennial organiseren voor het negende jaar de traditionele haringparty. Aanstane zaterdag 20 juni wordt liefhebbers de mogelijkheid gegeven om 'nieuwe maatjes' te komen proeven. Aanvang is 15.00 uur en genieten van verse haring kost 6 euro per persoon. De haringparty zal overigens dit jaar iets anders plaatsvinden dan vaste gasten gewend zijn van Chariot en Centennial. Dit natuurlijk vanwege de richtlijnen van het RIVM ter voorkoming van verspreiding van het coronavi-

rus. Regels die worden gehanteerd tijdens deze negende editie van de Aalsmeer haringparty: Reserveren voor in het restaurant is verplicht (maximaal 30 personen). Gasten moeten ten alle tijde zitten aan een tafel. Het terras zal geopend zijn. Reserveren is niet verplicht, maar wel gewenst. Hierbij geldt echter vol is vol. Indien men niet tot hetzelfde huishouden behoort, geldt de 1,5 meter afstand. Aanmelden voor de haringparty kan door te bellen naar 0297-388144 of mail naar info@centennial.nl. Adres: Oostendorweg 243.

"Eerbetoon aan onze vader" Aalsmeerse vlag met wapen voor zorgcentra

Aalsmeer - Steeds vaker te zien in het straat- en winkelbeeld in Aalsmeer, de vlag in de drie kleuren van Aalsmeer: rood van de aardbei, groen van het blad en zwart van de grond. Het was een idee van Frank Lissenburg om tijdens de Feestweek de Aalsmeerse driekleur te laten wapperen aan gevels. Een eerbetoon aan de organisatoren van alle leuke activiteiten in september die helaas geen doorgang kunnen vinden door het coronavirus. De Aalsmeerse vlag met hierin het wapen van Aalsmeer (de leeuw met de aal) is oorspronkelijk een idee van de vijf jaar geleden overleden Dirk van Leeuwen, verenigingsman en organisator in hart en nieren. Zijn vlag, het ontwerp is zelfs vastgelegd bij de notaris, werd door het voorstel van Frank ook weer nieuw leven in gebra-

zen. Ineens kregen zijn kinderen Dirk en Angelique de vraag of deze vlaggen nog beschikbaar zijn. Een klein aantal had de twee nog op voorraad, maar omdat de bestellingen binnen stroomden is besloten meerdere exemplaren te laten maken. Omdat vader Dirk ook onder andere jaarlijks de ouderendag organiseerde, leek het Angelique een leuk idee om aan zorgcentra 't Kloosterhof en Aalsmeer vlaggen te schenken. Op dit cadeau werd positief gereageerd en afgelopen dinsdag was de overhandiging. "Ze vonden het leuk en gaan net als vele inwoners in september de Aalsmeerse vlag hijsen", vertelt Angelique. "Een eerbetoon aan onze vader, die dit idee zeker omarmd zou hebben. Ik denk dat we hem daarboven een beetje trots hebben gemaakt." Over-



rigens maakt het Angelique en Dirk niet uit welke vlag er in september uitgehangen gaat worden. "Met of zonder Aalsmeers

wapen moet iedereen zelf weten. Wij zetten hiermee onze vader in het zonnetje voor zijn, zo blijkt, super-idee."



LEZERSPOST

Postkantoor maakt plaats voor onbetaalbare appartementen

Aalsmeer - Vorige week las ik in de Nieuwe Meerbode dat er woningen gebouwd gaan worden op de grond van het voormalige postkantoor. Met verbazing las ik dat het gaat om 28 appartementen waarvan 6 goedkope studio's (44 vierkante meter per studio), dat betekent 1 kamer waarin je kookt, zit en slaapt, en met aparte douche en dat voor een prijs van bijna 200.000 euro, 9 betaalbare appartementen en de rest vrije sector woningen, de prijzen daarvan wil ik niet eens noemen. Het is algemeen bekend dat er een schreeuwend te kort is aan betaalbare starterswoningen in Aalsmeer en Kudelstaart. Wanneer bekend wordt dat er starterswoningen gebouwd gaan worden en je online kan inschrijven is de site overbelast. Vandaag zag ik nog dat er 3864 mensen hebben gekeken op de site van Funda en dat ging over de 7 studio woningen op het postkantoorterrein, dit zegt al genoeg. De starterswoningen

die gebouwd gaan worden in de Kwakel hadden vanaf de start van inschrijving binnen één dag 400 aanmeldingen. De inschrijving van het Stommeerhoff project exact hetzelfde, en dan nog zeggen: "Tja, de belangstelling is wel erg groot." En Nog voor de verkoop zou beginnen waren er al appartementen verkocht. De jongeren trekken weg uit de Gemeente Aalsmeer, niet omdat men het wil maar omdat het niet anders kan. Ze zijn hier geboren en grootgebracht, maar krijgen geen kans. De prijzen voor een woning is vanaf 300.000 euro. Wie als jongere kan dit betalen? Wat overblijft zijn ouderen of mensen van buitenaf met veel geld. Laat de Gemeente eerst eens degelijk onderzoek doen naar de behoefte van jongeren en pest ze niet weg uit de gemeente, ze zijn de toekomst van Aalsmeer!

René Kaslander
Kudelstaart.
kaslander@outlook.com



Gevarieerde bermbeplanting bij de kruispunten van de Stommeerweg.

Gemeenteraad vergadert in de Burgerzaal Ambitie college: Buitenruimte op orde brengen en houden

Aalsmeer - Aalsmeer is een relatief rustige, groene gemeente waar mensen met veel plezier wonen. Die kwaliteit willen de bestuurders graag behouden. De afgelopen jaren heeft de gemeente veel geïnvesteerd in het wegwerken van achterstallig onderhoud in het openbaar groen, maar, zo schrijft het college: in de jaarstukken 2019: "We zijn er nog niet. Wij hebben de ambitie om de hele buitenruimte op orde te brengen en te houden. Bij de inrichting van de openbare ruimte letten wij natuurlijk ook op toegankelijkheid voor alle inwoners. Bij Aalsmeer in Zicht kwam naar voren dat inwoners veel waarde hechten aan de groene omgeving en meer groen door de gemeente heen willen hebben om te wandelen en te fietsen." De jaarstukken 2019 is één van de agendapunten die behandeld gaat worden in de raadsvergadering vanavond, donder-

dag 18 juni. Besproken wordt ook het meerjarenprojectplan buitenruimte in Aalsmeer 2020-2023. Komende jaren staat een viertal grote projecten op stapel die Aalsmeer aantrekkelijker, groener en leefbaarder moeten maken voor alle inwoners. Voor deze projecten (VVA-terrein, Machinepark, Waterfront en de groene linten) krijgt de gemeente een subsidie van Stichting Leefomgeving Schiphol (SLS).

Lintenbeleid en bodembeheer

En aan de orde komen actualisering grondexploitaties lintenbeleid en herziening nota bodembeheer. De definitieve besluiten over deze twee onderwerpen vinden een week later plaats, in de raad van donderdag 25 juni. Hamerstukken zijn de gemeentelijke garantielening voor watersportvereniging Nieuwe Meer, ontheffing vereiste ingezetenschap wethouder Robert van Rijn

(woont net over de Aalsmeerderbrug aan de Ringvaart) en vaststellen fractiebudgetten. Goedkeuring van de gemeenteraad wordt gevraagd om wethouder Bart Kabout voor Aalsmeer zitting te laten nemen in het algemeen bestuur van de GGD Amsterdam-Amstelland en openbare gezondheidszorg, Dick Kuin toe te laten tot de vertrouwenscommissie

en Jelle Buisma aan te wijzen als plaatsvervangend lid van de auditcommissie (geeft de gemeenteraad advies en voert overleg over gemeentelijke financiën).

Voltallig bijeen

De raadsvergadering vanavond, donderdag 18 juni, begint om 20.00 uur en staat onder voorzitterschap van burgemeester Gido Oude Kotte. De gemeenteraad komt deze avond voor het eerst weer voltallig bijeen sinds de beperkende maatregelen vanwege de coronacrisis. Dat is mogelijk door een speciale vergaderopstelling in de Burgerzaal, de publiekshal in het Raadhuis. De gemeenteraad maakt in ieder geval de komende drie raadsvergaderingen tot aan het zomerreces gebruik van de Burgerzaal.

Kadernota 2021

Een week later, op donderdag 25 juni, komt de gemeenteraad opnieuw bijeen in de Burgerzaal. Nagenoeg enige onderwerp is de Kadernota 2021. Waar gaat Aalsmeer volgend jaar (meer/minder) geld aan uitgeven, hoe zit het met de financiën van de gemeente, moet er bezuinigd worden, zijn er onverwachte uitgaven en wat zijn de (financiële) gevolgen van de coronacrisis? Deze raadsvergadering begint een uur eerder dan gebruikelijk, om 19.00 uur, en voorzitter is fractievoorzitter Ronald Franssen.

Op livestream en tv

De vergaderingen zijn nog niet toegankelijk voor publiek. De vergaderingen zijn te volgen via de livestream van de gemeente (www.aalsmeer.nl) en te horen/zien bij Radio en TV Aalsmeer.

Getuigen gezocht

Ketting van hals 79-jarige getrokken in Emmastraat

Aalsmeer - Maandag 15 juni rond 16.00 uur in de middag is een 79-jarige inwonster in de Emmastraat overvallen. Haar gouden ketting is op straat van haar nek getrokken. Omdat dit niet eenvoudig ging, heeft de overvalder haar op de grond gegooid. De vrouw is gewond geraakt, behandeld in het ziekenhuis, maar inmiddels weer thuis. Ze is erg geschrokken. De familie van de inwonster hoopt dat er mensen zijn die de overval hebben gezien of dat er misschien in de buurt

buitencamera's hangen die continu filmen. De overvalder is een lange man (het slachtoffer is ongeveer 1.60 meter), had donkere kleding aan en een petje op. Hij is weggerend via de Prins Hendrikstraat richting het Poldermeesterplein. Wie meer informatie heeft, wordt verzocht contact op te nemen met de politie via 0900-8844, anoniem via 0800-7000 of per mail. Procesverbaalnummer is: 2020124252. "Alle tips zijn welkom", aldus de verantwoordigde familie.



3 Uitrukken brandweer in 2 dagen Brand in vuilniswagen, lading op straat gelost

Aalsmeer - Vrijdag 12 juni rond half drie in de middag zijn de politie en de brandweer gealarmeerd voor een brand in een vrachtwagen op de Wissel. Ter plaatse bleek de lading van een vuilniswagen vlam te hebben gevat. De chauffeur heeft de lading gelost op straat waarna de brandweer het brandje kon blussen. Om er zeker van te zijn dat het vuur onder controle was heeft een kraan de stapel papieren uit elkaar getrokken. Nadat het sein brandmeester was gegeven is de lading in een containerbak gegooid. Eerder op deze dag, rond half

twalf in de ochtend, werd ook de hulp van de brandweer gevraagd. Bij het Jaagpad in De Kwakel was een buitenbrand ontstaan. Een stapel hout had vlam gevat. De brandweer heeft het vuur gelblust. Ook donderdagavond 11 juni is menig inwoner opgeschrikt door de sirene van de brandweer. Rond 20.40 uur werd alarm geslagen voor een brandgerucht aan de Oosteinderweg. De brandweer is snel ter plaatse gegaan. In actie komen was niet nodig, het bleek een loze melding te zijn. **Foto: VTF - Laurens Niezen**

Gewond na val van dak

Kudelstaart - Woensdag 17 juni rond negen uur in de ochtend zijn de hulpdiensten gealarmeerd voor een ongeval bij een bedrijf aan de Mijnsherenweg. Bij het vervangen van platen op het dak is een persoon naar beneden gevallen en zwaar gewond ge-

raakt. De politie en de ambulancedienst waren snel ter plaatse. Ook is eerste hulp verleend door medewerkers van de traumaheli. Het slachtoffer is per ambulance onder politiebegeleiding naar het ziekenhuis vervoerd.

Foto: Truus Oudendijk



Gemeente komt horeca tegemoet Ook terras voor horeca zonder vergunning

Aalsmeer - Sinds 1 juni zijn de terrassen weer geopend. Ondernemers die in het bezit zijn van een terrasvergunning mogen op basis van het gedoogbeleid hun terras uitbreiden. De gemeente biedt nu ook mogelijkheden aan horecabedrijven zonder terrasvergunning om via een versnelde procedure alsnog tijdelijk een terras te realiseren. In alle gevallen gaat het om maatwerk.

Horecabedrijven zonder terrasvergunning krijgen de mogelijkheid om via een versnelde procedure een terras te openen. Het is net als bij de verruiming van de terrassen met een terrasvergunning een gedoogconstructie. De gemeente beoordeelt een aanvraag op een zestal punten: veiligheid, verkeersveiligheid, overlast, bereikbaarheid, toegevoegde waarde en kwaliteit. "De horeca heeft het behoorlijk lastig op dit moment", zegt wethouder Robert van Rijn. "Als je in deze periode een kleine zaak hebt zonder terras is het een uitdaging om financieel rond te komen. Daar waar het kan, proberen we deze groep Aalsmeerse ondernemers uiteraard te helpen." De horeca heeft maanden haar

deuren gesloten moeten houden vanwege het coronavirus. Met de afstandsregels is er een beperking op het aantal gasten dat horeca binnen kan ontvangen. De gemeente gedooft een ruime opzet van de terrassen. Door ook onder voorwaarden bij horeca zonder terrasvergunning een tijdelijk terras te gedogen hoopt Aalsmeer haar horeca tegemoet te komen.

Horecaondernemers die een aanvraag willen doen kunnen contact opnemen met de accountmanager bedrijven Dick Helsloot, e-mail dick.helsloot@aalsmeer.nl en het formulier invullen op www.aalsmeer.nl/terrassen.

Foto: Joyce Goverde



Jaarrekening, Kadernota en winkeltijden Commissie positief over lening WV Nieuwe Meer

Aalsmeer - Afgelopen week waren er twee vergaderingen van de commissie Maatschappij en Bestuur. In de vergadering van 4 juni is gesproken over de gemeentelijke garantielening Watersportvereniging Nieuwe Meer. De fracties reageerden positief op het voorstel voor het verlenen van een gemeentegarantie voor de financiering van de renovatie van het clubgebouw van Watersportvereniging Nieuwe Meer. Het voorstel is geagendeerd als hamerstuk in de raadsvergadering van vanavond, donderdag 18 juni.

Jaarrekening

Ook is gesproken over de jaarrekening 2019. Met de Jaarrekening 2019 legt het college van B&W verantwoording af aan de gemeenteraad over de realisatie van de beleidsvoornemens die de gemeenteraad in de begroting van vorig jaar heeft vastgelegd. Het voorstel wordt verder besproken in de raadsvergadering vanavond, donderdag 18 juni.

Bestuursrapportage 2020

Met de bestuursrapportage is de gemeenteraad geïnformeerd over inhoudelijke en financiële afwijkingen in het lopende jaar ten opzichte van de begroting. De commissie besprak onder andere de hoge kosten voor de jeugdhulp, de bijdrage aan de ICT voorzieningen en de dienstverleningsbijdrage voor Amstelveen. De besluitvorming wordt voorgesteld in de raadsvergadering van 25 juni.

Kadernota 2021

Over de kadernota heeft de commissie vragen gesteld aan het college ter voorbereiding van de raadsbehandeling van de Kadernota 2021. De raadsfracties verkenden de mogelijkheden om de uitgaven voor de jaren vanaf 2021 te beperken. De Kadernota 2021 wordt in de raadsvergadering van 25 juni uitvoerig behandeld.

Aanpassing winkeltijden

Het gesprekspunt bij de bespreking van het initiatiefvoorstel van de fracties van D66, Absoluut Aalsmeer, GroenLinks en PvdA over de aanpassing van de winkeltijden betrof met name de kosten en wijze van handhaving van het huidige ontheffingsstelsel. Het voorstel (verruiming winkeltijden op zon- en feestdagen van 10.00 tot 22.00 uur) werd besproken in de commissie op 9 juni en komt als bespreekpunt terug in de raadsvergadering van 2 juli.

Toeristenbelasting

De commissie was positief over de wijziging van de Verordening toeristenbelasting 2020 waarin met terugwerkende kracht vanaf 1 januari 2020 een apart en lager tarief voor campings wordt voorgesteld. Het voorstel (tarief verlagen van 3,50 euro naar 1,75 euro per persoon) is geagendeerd als bespreekpunt in de raadsvergadering van 2 juli. De vergaderingen zijn terug te bekijken via de livestream op de website van de gemeente: www.aalsmeer.nl

"Overbodige regelzucht" Petitie tegen plannen voor het Amsterdamse Bos

Amstelland - Niet alleen hondeliefhebbers uit Amstelveen en Amsterdam wandelen graag met hun los lopende hond in het Amsterdamse bos. Ook inwoners van Aalsmeer en Uithoorn doen dat graag. Vorige week is een nieuw bosplan 2020-2030 gepresenteerd en deze is in te zien via www.amsterdamsebos.nl/bosplan. De makers van het bosplan vinden dat de komende tien jaar meer aandacht moet komen voor bescherming van de natuur, bereikbaarheid voor fiets en openbaar vervoer en natuureducatie en sport. Het bos wordt in het plan opgedeeld voor natuur, rust en activiteiten. Op deze manier kunnen bijvoorbeeld honden in een bepaald gebied vrijlopen, zonder dat bosdieren en sporters er last van hebben. Om de bereikbaarheid van het bos te verbeteren, wordt gezorgd voor toegankelijke entrees en betere bereikbaarheid voor fiets en openbaar vervoer. Autogebruik wordt juist ontmoedigd.

niet eens met het bosplan, waarin onder andere betaald parkeren ingevoerd wordt en grote gebieden verboden worden voor loslopende honden.

'Opgesloten'

De groep liefhebbers van het Amsterdamse bos zijn een petitie (<https://petities.nl/petitions/laat-het-amsterdamse-bos-met-rust?locale=nl>) gestart tegen de plannen. Volgens de tegenstanders worden hondeneigenaren, sporters, ruiters en feestvierders 'opgesloten' in hun eigen gebied. "Overbodige regelzucht waar bezoekers de dupe van worden", aldus de tegenstanders. Het eens met de liefhebbers van het Amsterdamse Bos? Tekenen dan de petitie, al zo'n 6.000 bosgebruikers hebben hun handtekening gezet.

Reacties kunnen ook gestuurd worden naar bosplan@amstelveen.nl of stuur een schrijven naar burgemeester en wethouders (Postbus 4, 1180 BA Amstelveen) onder vermelding van het kenmerk Z20-035298.

Betaald parkeren

Een grote groep gebruikers is het

Start aanleg HOVASZ en herinrichting



Een beter bereikbaar, veiliger en leefbaarder Aalsmeer

Het is zover! Zaterdag 4 juli start de aanleg van een busbaan voor hoogwaardig openbaar vervoer tussen Uithoorn, Aalsmeer en Schiphol-Zuid en de herinrichting van de Burgemeester Kasteleinweg. Aannemer Dura Vermeer heeft afgelopen periode samen met alle belanghebbenden een slimme fasering gemaakt om de overlast voor het verkeer en de omgeving zoveel mogelijk te beperken. De werkzaamheden zullen desondanks overlast geven, maar zijn noodzakelijk om te komen tot een beter bereikbaar, veiliger en leefbaarder Aalsmeer. Daarom is het verstandig om als automobilist al vanaf begin juli de Burgemeester Kasteleinweg te vermijden, bijvoorbeeld door gebruik te maken van de N201 of de fiets te pakken! We zullen er als Aalsmeeders aan moeten wennen dat de Burgemeester Kasteleinweg straks geen doorgaande weg meer is. Aalsmeer krijgt ongeveer een jaar lang te maken met werkzaamheden. Naar verwachting gaat de bus vanaf mei 2021 rijden en is het gehele project in het najaar van 2021 gereed. Door dit project worden de leefbaarheid, bereikbaarheid en veiligheid in Aalsmeer verbeterd. Het groene karakter van de weg, de mooie inrichting en de goede fietsvoorzieningen zullen bijdragen aan het gevoel weer één dorp te zijn. Bovendien beschikken we dan over een snelle HOV-verbinding tussen Uithoorn en Haarlemmermeer. Op meerdere gebieden is dit project dus een verrijking voor Aalsmeer!

Wethouder Robert van Rijn



1 Zwarteweg

Periode: afsluiting 4 juli - 27 juli van maandag tot en met zondag tussen 6.00 en 23.00 uur. In de nachten 20 t/m 24 juli wordt ook doorgevoerd.

Wat gaat er gebeuren?

In juni worden tijdelijke bushaltes aangelegd op de Zwarteweg (tussen de kruising en de inrit naar de brandweer). Deze haltes blijven bestaan tot het einde van het project. Tijdens de schoolvakantie wordt het kruispunt omgebouwd tot een rotonde. Verder legt de aannemer een deel van de nieuwe weg aan tussen de Zwarteweg en Legmeerdijk. Tijdens de werkzaamheden is deze locatie ongeveer drie weken volledig afgesloten voor autoverkeer (voor nood- en hulpdiensten, bussen, fietsers en voetgangers komt er een bypass).

Omleidingsroutes

Het doorgaande verkeer kan bij Uithoorn en Hoofddorp via de N201 rijden. Bestemmingsverkeer wordt met borden omgeleid via de Ophelialaan, Stommeerweg, Kudelstaartseweg, Bachlaan en Lakenblekerstraat. Verkeer naar de bedrijven aan de Witteweg volgen de omleiding via de Legmeerdijk, Lakenblekerstraat, Zwarteweg.

Verkeersapp voor leerlingen: Hoe steek ik veilig de rotonde over?

Leerlingen van IKC Triade kunnen vanaf 25 juni op de app 'Wegwijs VR' al oefenen met oversteken op de toekomstige rotonde bij de Zwarteweg. Chantal Schoen van Dura Vermeer: "De leerlingen moeten op deze rotonde meerdere rijbanen oversteken. Het is belangrijk dat ze weten waarop ze moeten letten. De rotonde Zwarteweg is in 3D ingebouwd in de wegwijsapp. Via de animatie in de app, die bestaat uit meerdere 'levels', leren de kinderen spelenderwijs hoe de rotonde werkt." Daarnaast krijgen de leerlingen een theorieles op school, vertelt Schoen. "En na de zomer krijgen ze een praktijkles. Zo zijn ze goed voorbereid om straks veilig naar school te fietsen."



2 Fokkerweg / Kruisweg

Periode: Tijdens twee weekenden (21/08 - 24/08 en 28/08 - 31/08) is het kruispunt Fokkerweg / Kruisweg in Haarlemmermeer helemaal afgesloten voor het autoverkeer (met uitzondering van de nood- en hulpdiensten). Doordeweeks is het kruispunt open. Vanaf 31 augustus tot 6 december is de fietstunnel onder de Fokkerweg gesloten.

Wat gaat er gebeuren?

De aannemer past de rijbanen en maakt ruimte om de fietstunnel te verbouwen. Verder worden een nieuwe bushalte aangelegd en nieuwe verkeerslichten geplaatst. Tijdens de weekendafsluitingen kan het autoverkeer niet vanaf de A4 via de voormalige N196 naar Aalsmeer rijden. Na 31 augustus is het kruispunt weer geopend, maar dan wordt wel verder gewerkt aan de weg. Dit kan wat vertraging opleveren.

Omleidingsroutes

Het autoverkeer kan omrijden via de N201. Tijdens de afsluiting van de fietstunnel worden fietsers omgeleid via de Beechavenue en Boeingavenue (Schiphol-Rijk) naar de Aalsmeerderdijk.

Anting Burgemeester Kasteleinweg



3 Legmeerdijk

Periode: Tijdens twee weekenden (04/09 - 06/09 en 11/09 - 13/09) is het kruispunt Legmeerdijk / Burgemeester Kasteleinweg helemaal afgesloten voor al het verkeer (met uitzondering van de nood- en hulpdiensten).

Wat gaat er gebeuren?

De aannemer past de rijbanen aan bij het kruispunt.

Bij de Legmeerdijk wordt een tijdelijke verharding aangelegd, zodat er ruimte komt voor de bouw van een fietstunnel. Het eerste deel van de bouw vindt plaats tussen 14/09 en 11/10. Als dat deel van het dek van de fietstunnel klaar is, kan het autoverkeer over het dek rijden (tijdelijke inrichting). Daarna volgt fase 2 van de aanleg van het tunneldek (deze fase duurt ook vier weken). Als de rijbaan definitief klaar is, start de aannemer met het werk aan de fietstunnel (begin 2021). Die is volgens planning in het voorjaar van 2021 klaar.

Omleidingsroutes

Het verkeer kan bij Uithoorn en Hoofddorp via de N201 rijden. Het kruispunt is daarna open, maar met minder rijstroken. Fietsers worden omgeleid via het terrein van Royal FloraHolland en de Lakenblekerstraat.

Tevredenheidspanel HOVASZ

Dura Vermeer wil graag de mening van omwonenden en belanghebbenden horen over de uitvoering van de werkzaamheden. U kunt zich opgeven voor het tevredenheidspanel. Deelnemers krijgen vanaf de zomer om de paar weken een mail met enkele vragen. Wat vindt u van de uitvoering? Wat kan er beter? De bedoeling is om - als dat mogelijk is - de hinder verder te beperken. U kunt zich aanmelden voor het panel via www.uwmeningtelt.nu/hovasz of scan de QR-code.



Digitale aftrap op 26 juni vanaf 12.00 uur

Bij een start hoort een starthandeling. Vanwege de coronacrisis kan dit nu niet 'live', maar komt er een digitale aftrap van HOVASZ. Vanaf 26 juni 12.00 uur is er een kort filmpje te zien op hovasz.nl. Bekijk het filmpje, want we hebben uw ideeën nodig!

Hoe ziet de Burgemeester Kasteleinweg er straks uit?

De Burgemeester Kasteleinweg wordt een tweebaansweg (beide richtingen krijgen 1 rijstrook) voor lokaal bestemmingsverkeer met een vrijliggende busbaan voor Hoogwaardig Openbaar Vervoer (HOV). De busbaan loopt vanaf de Fokkerweg (Haarlemmermeer) tot aan de kruising met de Poelweg (Uithoorn) en heeft zes rotondes. Bij vijf rotondes rijdt de bus over de rotonde heen. Alleen op de rotonde bij de Zwarteweg rijdt de bus met het verkeer mee, om de verkeersveiligheid voor scholieren op deze locatie zo goed mogelijk te waarborgen. Verder komt er meer ruimte voor voet- en fietspaden. Zo komt er 1,5 km ontbrekend snelfietspad langs de Burgemeester Kasteleinweg en wordt het fietspad over een lengte van 2,2 kilometer verbreed. Verder worden er een fietsonderdoorgang bij de Aalsmeerderbrug, een fietstunnel onder de Legmeerdijk en overdekte fietsstallingen bij de bushaltes aangelegd. De weg krijgt een groene, dorpse uitstraling. Er worden bijna 200 nieuwe bomen geplant en de entrees van het dorp krijgen een bloemrijke aankleding. Het groen volgt in september / november 2021. Volgens planning is het gehele project in het najaar van 2021 gereed.

Bouwen in het ritme van de omgeving

Voorafgaand aan de werkzaamheden heeft aannemer Dura Vermeer gesproken met onder andere ondernemers, winkeliers, gemeente en omwonenden. Uitgangspunt is 'bouwen in het ritme van de omgeving' ofwel zorgen dat de verschillende doelgroepen zo min mogelijk hinder hebben van de werkzaamheden door een slimme fasering. U kunt de planning van de werkzaamheden volgen op: www.hovasz.nl.

Dit project wordt uitgevoerd in opdracht van de provincie Noord-Holland, Vervoerregio Amsterdam en de gemeenten Aalsmeer, Haarlemmermeer en Uithoorn.



“ Een comfortabele en betrouwbare busverbinding is een goed alternatief voor de auto. Zeker in deze drukke regio. De provincie Noord-Holland legt daarom samen met de gemeenten Aalsmeer, Haarlemmermeer en Uithoorn en met Vervoerregio Amsterdam deze busbaan aan. Daarnaast komen er goede fietsvoorzieningen en meer groen. Na afloop van de werkzaamheden ken je de voormalige provinciale weg niet meer terug. ”

Jeroen Olthof, gedeputeerde provincie Noord-Holland

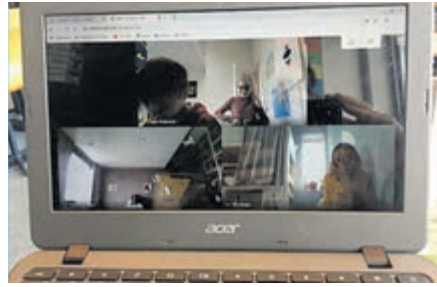
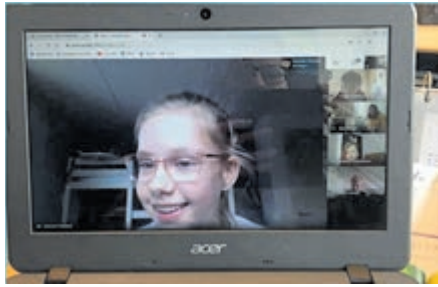
HOVASZ

HOVASZ staat voor Hoogwaardige Openbaar Vervoerverbinding Aalsmeer – Schiphol Zuid. De nieuwe OV-verbinding is één van de schakels in het regionale hoogwaardig openbaar vervoer (HOV-)netwerk en biedt reizigers frequent, veilig en betrouwbaar busvervoer. De busbaan wordt (zoals de planning er nu uitziet) in mei 2021 opgeleverd.

De aanleg van HOVASZ en de herinrichting van de Burgemeester Kasteleinweg verlopen in fasen. Begin van dit jaar is gestart met de eerste werkzaamheden, zoals het verwijderen van bomen en het aanbrengen van voorbelasting. De werkzaamheden die hinder veroorzaken, duren naar verwachting tien maanden tot een jaar.

Meer informatie

Op deze pagina's geven we uitleg over de werkzaamheden tot september 2020. Na de zomer volgt een nieuwe publicatie. U kunt het nieuws ook volgen via hovasz.nl. Op deze website kunt u zich aanmelden voor de nieuwsbrief. Verder kunt u de werkzaamheden volgen via www.facebook.com/hovasz. Wilt u liever persoonlijk contact? Dan kunt u een e-mail sturen naar hovasz@duravermeer.nl.



Fantastisch met nieuwe werkelijkheid omgegaan OBS Kudelstaart en corona: Knap staaltje van saamhorigheid

Kudelstaart - Op zondagavond 15 maart kregen alle scholen in Nederland te horen dat zij met directe ingang niet meer open mochten vanwege het coronavirus. Op de geplande studiedag van 16 maart kwam het personeel van OBS Kudelstaart bijeen. Er werd direct een plan van aanpak opgesteld. De onderbouw zou met lespakketten gaan werken, die één keer per week moesten worden teruggebracht en opgehaald. Direct de volgende dag waren de lespakketten klaar en konden opgehaald worden. Voor de bovenbouw werd een lesprogramma in Google Classroom klaar gezet. Dit is een online omgeving waar de leerkracht uitleg kon geven, instructiefilmpjes te vinden waren en vragen gesteld konden worden. Leerkrachten gingen iedere dag van 10.00 tot 12.00 uur in de 'Meet'. Op de

ze manier konden de kinderen iedere dag vragen stellen over het werk of even gezellig met klasgenoten of de leerkracht praten. Dinsdag 17 maart lagen alle spullen voor de kinderen klaar. Omdat de leerlingen van de OBS allemaal een eigen chromebook hebben konden deze naast werkboeken, schriften en nog meer spullen door de kinderen in kleine groepjes worden opgehaald. Diezelfde middag kon er thuis gewerkt worden. Wat had iedereen het snel rond. Kinderen en ouders zijn fantastisch omgegaan met een hele nieuwe werkelijkheid. De eerste paar dagen was het even zoeken en vooral wennen, geen kinderen in de klas maar op een scherm, maar met behulp van de leerkrachten en vooral de ouders liep het prima. Na 6 weken online te hebben gewerkt mochten de leerlingen

weer met halve groepen naar school. Alles moest weer omgegooid worden, maar met de flexibiliteit van het team van OBS Kudelstaart was dat ook zo gebeurd. De klassen kregen een A groep en een B groep. Kinderen van de A groep kwamen op maandag en donderdag en de kinderen van de B groep kwamen op dinsdag en donderdag. Voor de dagen dat de kinderen niet naar school gingen kregen de leerlingen een thuiswerkpakket mee. Ook dit was weer even wennen, nu moesten alle materialen iedere dag heen en weer. Kinderen met grote en zware tassen naar school, want ook de schooltijden waren aangepast. Om zo min mogelijk verkeer te genereren gingen de leerlingen van 08.30 uur tot 14.15 uur naar school. Dit zijn de schooltijden die komend schooljaar ingevoerd zouden

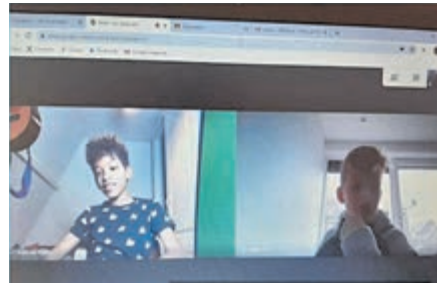
worden, maar door de corona is dat iets eerder gedaan. Daar waar iedereen gewend waren dat ouders mee naar binnen kwamen, moest er nu voor het hek afscheid worden genomen. Ook nu bleek weer hoe goed iedereen hier mee omging. Ouders namen voor het hek afscheid, zelfs de kleuters gingen zonder ouders naar binnen. Alle kinderen leken ook gegroeid, alsof er een zomervakantie tussen had gezeten. Omdat er geen redenen waren aan te nemen dat kinderen het coronavirus verspreidden konden de leerlingen vanaf 8 juni weer gewoon naar school. De boeken en schriften liggen weer in de laatjes en de chromebooks staan weer op te laden in de kasten.

Nu zitten de leerlingen alweer twee weken als hele groepen bij elkaar. Geen thuiswerk meer, maar alles op school. Nog even en dan is het alweer vakantie. Het team van OBS Kudelstaart kijkt terug op een bijzondere tijd die met inzet van de leerkrachten, de ouders en de leerlingen zeer goed is verlopen. Een knap staaltje van samenwerking en saamhorigheid!

Summer Art School voor kinderen Buiten schilderen met de Werkschuit

Aalsmeer - De animo voor de Summer Art School voor kinderen van 6 tot 12 jaar in juli en augustus bij de Werkschuit is groot. Al vele jongens en meisjes hebben zich opgegeven en popelen om aan de slag te gaan met nieuwe teken- en schildertechnieken. Deelnemen aan de Summer Art School kan op woensdagmiddag of zaterdagochtend. Groen en natuur staan centraal en daarom wordt bij goed weer het leslokaal vervuld voor buiten tekenen en schilderen. Docente is Annef van Itterzon en zij verzorgt momenteel ook teken- en schilderlessen bij De Werkschuit. Afgelopen zaterdag was het een prachtige zonnige dag, dus hup naar buiten. "Het gebied achter De Werkschuit is schilderachtig, mooi en veilig te bereiken voor de kinderen", aldus Annef. De leerlingen

genieten duidelijk ook van het buiten creatief zijn. Een verhaal van één van hen: "Ik ben Wietse en ik ben 11 jaar. Iedere week ga ik naar de Werkschuit op zaterdag bij juf Annef. Vandaag deden we het anders. We gingen buiten tekenen en schilderen. We maakten onze kwasten nat in het water van de sloot en we zagen kleine visjes wegzwemmen. Je zag de verf heel mooi verdwijnen in het water. Sydney ging de waterlelies bestuderen. Er was een grote schildersezal mee en daar ging Sam op schilderen. Sommige kinderen hadden wat extra natuur op hun tekening, want die hadden hun papier in de ganzenpoep gelegd! Daar moesten we heel hard om lachen. In de zomer ga ik naar de Summer Art School bij de Werkschuit." Ook interesse? Opgeven kan per mail via: annef87@hotmail.com.



Voorstelling op zondag 28 juni Meneer B vliegt naar de maan in Poppentheater

Amstelland - Zondag 28 juni komt Donders Producties twee keer de voorstelling 'Meneer B vliegt naar de maan' spelen in het Amstelveens Poppentheater. De voorstelling om 10.30 uur is uitverkocht, maar voor de voorstelling van 14.30 uur zijn nog kaarten. Als Meneer B op een dag in de krant een advertentie ziet voor de 'Eerste Vakantievlicht naar de Maan' besluit

hij al zijn spaargeld bij elkaar te schrapen en een ticket te kopen! Dat is het begin van een hilarisch avontuur. Want wat neem je mee op een reis met onbekende bestemming? Is zonnebrand factor 250 genoeg? Wat krijg je te eten? En, ben je er wel alleen? Meneer B vliegt naar de Maan is een verhaal over fantasie, creativiteit en de kracht in jezelf vinden. Use the force en jaag je dromen na! Wie weet wat het je brengt. Winnaar van de publieksprijs van de Kinderjury op Kindertheaterfestival Speken in Gent 2020. Voor iedereen vanaf 4 jaar die zondag de 28ste om 14.30 uur met Meneer B naar de maan wil: Kaarten kosten 9 euro per stuk en kunnen gereserveerd worden via www.amstelveenspoppentheater.nl, info@amstelveenspoppentheater.nl, bel 020-6450439 of via whatsapp 0631958380.



Fantastische afsluiting basisschool Toch kamp voor groep 8 van OBS Kudelstaart

Kudelstaart - Donderdag 11 juni begon het kamp voor groep 8 van OBS Kudelstaart. Eerst de slaappullen op school brengen en toen op de fiets naar het Amsterdams bos om te gaan klimmen bij Fun Forest. Het middagprogramma was bij Funmania. Toen de leerlingen weer op school kwamen stonden de pannenkoeken klaar die door ouders waren gebakken. 's Avonds stond nog een vossenjacht met docenten en ouders op het programma. Daarna lekker 'slapen'. Dit was wel heel bijzonder om dat op school te mogen doen. Vrijdag 12 juni bleef tot tien mi-

nuten voor aankomst een verrassing waar de kinderen heen zouden gaan. Er werd een bezoek gebracht aan: Walibi! Van 10.00 tot 17.00 uur hebben de jongens en meiden daar doorgebracht. Wat hadden ze prachtig weer en wat hebben ze genoten. Bij terugkomst op school hadden ouders een barbecue geregeld. De leerlingen hebben de avond afgesloten met een film. Toen weer lekker 'slapen'. Het kamp is 's ochtenden met een ontbijt afgesloten. Geweldig dat de kinderen van de OBS Kudelstaart hun basisschooltijd toch nog op een fantastische manier kunnen afsluiten.

Team Natuur
Hoe goed werk jij samen bij opdrachten? Bijvoorbeeld bij het oversteken van de krokodillenvijver? Kom op woensdag 22 juli om 13.00 uur of om 14.30 uur naar De Boswinkel en doe mee. Onder leiding van Natuur is een Feest. Voor kinderen van 6 tot 12 jaar en (groot)ouders of begeleiders.

Kosten 5 euro per kind en 2,50 euro per volwassene. Duur: 1 uur buiten en de start is bij De Boswinkel. Vooraf aanmelden voor alle activiteiten is wel een vereiste en dit kan via 020-5456100, via www.amsterdamsebos.nl of in De Boswinkel aan de Bosbaanweg 5, iedere dinsdag tot en met zondag geopend van 10.00 tot 17.00 uur.

Diverse activiteiten in juli Escaperoom voor jeugd in het Amsterdamse bos

Amstelland - In de maand juli worden in het Amsterdamse bos diverse activiteiten voor kinderen georganiseerd. Op woensdagmiddag 8 juli om 13.00 uur of om 14.30 uur mogen kinderen proberen te ontsnappen uit de escaperoom door allerlei opdrachten op te lossen. De activiteit staat onder leiding van Natuur is een Feest en is voor kinderen van 7 tot 12 jaar en (groot)ou-

ders of begeleiders. Kosten 5 euro per kind en 2,50 euro per volwassene. Duur: 1 uur buiten. De start is bij De Boswinkel.

Boskleurig
Maak buiten je eigen bosschilderij op donderdagmiddag 16 juli om 13.00 uur of om 14.30 uur. Onder leiding van de bosjuf. Voor kinderen van 6 tot 12 jaar. Kosten 5 euro. Duur: 1 uur buiten.

Merel niet te stoppen in online jeugdcompetitie

Aalsmeer - Het schaakspel van Merel maakt de laatste weken een grote ontwikkeling door. Dit keer was de opponent Simon Rudolph, het jongere broertje van Konrad en beiden zijn NK-gangers. Merel opende c4 en Simon antwoordde c5, op de vijfde zet speelde Merel pion a3, niet een indrukwekkende zet en kennelijk verviel Simon in autopiloot en rokeerde, dat had hem lelijk kunnen opbreken, maar Merel overzag stukwinst in 1 zet, maar stond wel beter. Na felle schermutselingen waren alleen de zware stukken en lopers van ongelijke kleur over. Initiatief is dan belangrijk, maar ook geen pionnen weggeven, hetgeen Simon wel deed. Simon dacht de witte dame aan te kunnen vallen, maar de toren sloeg toe en won. Simon gaf de partij maar op. Merel aan kop! Luuk B. moest tegen Konrad, in een wisselende partij miste eerst Luuk een kans en daarna liet

hij zijn loper opsluiten. Met een stuk voor zou de partij uit moeten zijn, maar nu lette Konrad niet op en won Luuk het stuk weer terug. Konrad leek met veel schaakjes voor zetherhaling te gaan, maar Luuk was zo dom om de verkeerde kant op te lopen en nu kon de zwarte toren met schaak binnendringen en werd Luuk mat gezet. Andere Luuk V. was niet in goede doen en werd enorm ingeblikt door Christiaan. Roan had een geheel eigen openingsbehandeling, maar Pepijn ontwikkelde conform het stappenplan al zijn stukken en ging er daarna hard doorheen. Bryan won van Maks en David van Daria, daardoor was Merel de enige witspeler die won, alle andere partijen waren voor zwart. Rune was deze keer uitgeloot. Kijk voor informatie, uitslagen en de stand op www.aas.leisb.nl.
Door Ben de Leur

Bokstraining bij Oceanus

Aalsmeer - Boks training stond deze week op het programma voor de jeugd van Oceanus. Na een pittige warming up waarbij menig koppie al lekker rood was, werden de spelregels omtrent deze training goed en duidelijk uitgelegd: Je houdt je als sporter aan de afspraken en volgt de opdracht nauwgezet, zodat de veiligheid die voorop staat ook gewaarborgd is voor alle sporters op het veld. De afgelopen weken was er tijdens de landtraining al aandacht besteed aan de diverse onderdelen van de bokssport en nu

konden de handschoenen aangebracht worden. Duidelijk was te zien dat alle sporters er enorm veel zin in hadden. De groep werd in tweeën gesplitst en de ene helft ging oefenen op de traptechniek en het snelle voetwerk met behulp van ladders die op de grond lagen en de andere helft begon met de oefeningen met handschoenen aan in tweetallen. Halverwege wisselden de groepen om, zodat iedereen alle onderdelen had volbracht. Na een uur was iedereen echt wel moe, maar zeker voldaan.





Lijf & gezondheid

Lees je fit!



facebook.com/LijfenGezondheid

Bewegen

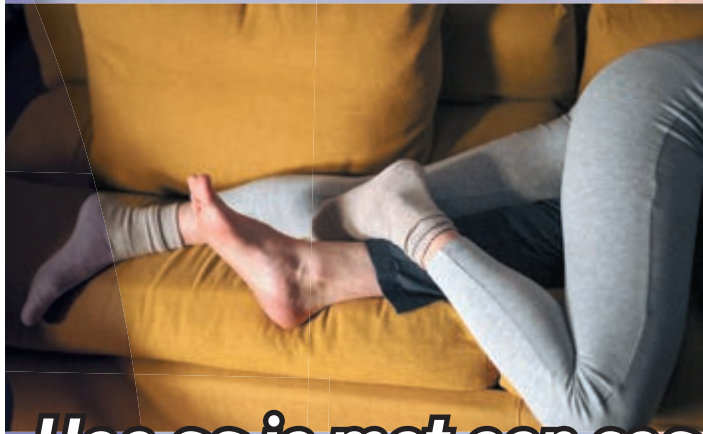
Voeding

Psyche

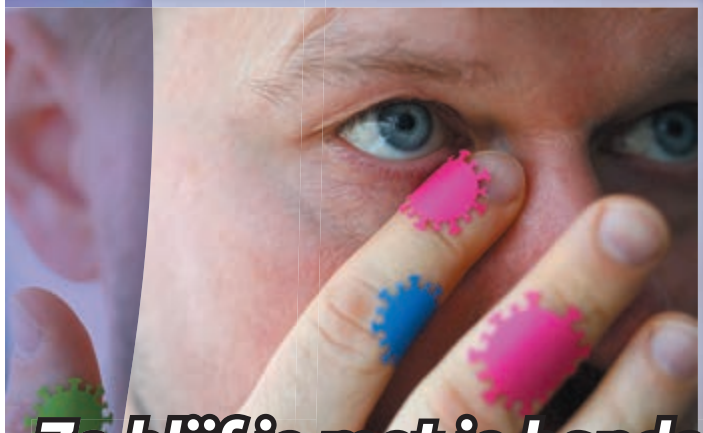
Medisch | Zorg

Uiterlijk

juni 2020



Hoe ga je met een soa om?



Zo blijf je met je handen van je gezicht af



De beste huidverzorgingsroutine voor dertigers



Het effect van eiwitten op je sportprestaties

**Virussen,
bacteriën,
parasieten
en schimmels**



Het medicijnkastje; de do's en don'ts



Lang niet in elk Nederlands huishouden hangt een medicijnkastje. En als het er wel hangt, dan vaak op de verkeerde plek en met de verkeerde inhoud. Toch is het goed om eens stil te staan bij het nut van een medicijnkastje. Wanneer je ziek bent, is het fijn om de juiste middelen bij de hand te hebben. Zeker als iemand anders tijdelijk voor je zorgt, is het wel zo handig om diegene niet een speurtocht door het hele huis te hoeven laten maken, op zoek naar de zaken die voor wat verlichting kunnen zorgen.

Allereerst de plek voor het medicijnkastje. Voor het geval je denkt dat het in de badkamer hoort te hangen: fout! In vrijwel alle bijsluiters van medicijnen staat nadrukkelijk vermeld dat ze droog en bij kamertemperatuur moeten worden bewaard. De badkamer is veel te vochtig om aan die voorwaarden te kunnen voldoen. Beter hang je het bijvoorbeeld in de slaapkamer op. Zorg ervoor dat kinderen er niet bij kunnen komen, want medicijnen dienen te allen tijde buiten het bereik van kinderen te worden bewaard. Neem deze

regel zeer serieus, het kan levensgevaarlijk zijn wanneer kinderen zonder begeleiding in aanraking komen met medicijnen. De slaapkamer is niet alleen qua temperatuur en luchtvochtigheid een geschikte plek voor een medicijnkastje, het is ook wel logisch om daar je medicijnen te bewaren. Immers, wanneer je ziek bent, ben je gebaat bij veel rust en dus is het verstandig om naar bed te gaan. Met het medicijnkastje in je slaapkamer hoef je dan in elk geval niet het halve huis door te lopen om er iets uit te halen.

Een doosje paracetamol vormt een prima basis voor de inhoud van het kastje. Heb je last van hoofdpijn, dan levert paracetamol meestal het antwoord. Het werkt pijnstillend en heeft verder meestal niet zo veel bijwerkingen. Bij griep of een zware verkoudheid kan het fijn zijn om paracetamol te slikken, zodat de verschijnselen wat worden afgeremd. Andere pijnstillers kun je natuurlijk ook gebruiken, maar probeer dat te vermijden waar mogelijk, omdat ze vaak meer bijwerkingen hebben en dan kan het middel in sommige gevallen erger zijn dan de kwaal. Voor (kleine) kinderen kun je beter een pijnstillertablet in de vorm van een zetpil op voorraad hebben. Natuurlijk hoort in het medicijnkastje ook een goede thermometer te liggen. Zo kun je vaststellen of je koorts hebt en bij aanhoudende koorts wordt aanbevolen om altijd een arts te raadplegen. Werkt de thermometer op batterijen? Vergeet dan niet om altijd reservebatterijen bij de hand te hebben en regelmatig de houdbaarheid daarvan te controleren. Je zult altijd zien dat de batterijen net op zijn wanneer je het ding nodig hebt, dus check geregeld even of alles nog voldoende aanwezig is.

Wanneer je zwaar verkouden bent en je neus zit dicht, kan een neusspray meestal uitkomst bieden. Respecteer de aanwijzingen op de bijsluiter en gebruik de spray niet langer dan nodig is, omdat dergelijke producten het slijmvlies kunnen aantasten. Wanneer de klachten na een week niet vanzelf verdwijnen, is het beter om contact te zoeken met de huisarts. Naast de neusspray kun je bijvoorbeeld ook zuigtabletten in voorraad nemen die verlichtend werken bij keelpijn. Je kunt er ook een hoestdrankje bijzetten, maar realiseer je wel dat dergelijke drankjes alleen een verlichtende werking hebben. Het zijn dus geen genees-

middelen. Heb je last van diarree? Over het algemeen gaat dat vanzelf weer over, als er geen onderliggende ziekte aan ten grondslag ligt. Het wordt meestal veroorzaakt door een verstoord eetpatroon, door gezond te eten en veel te drinken, komt het meestal weer goed. Toch kan het zinvol zijn om een flesje ORS op voorraad te hebben. Dat is een speciale oplossing, verkrijgbaar bij de apotheek, om het vochtgehalte in je lichaam op peil te houden en de mineralen weer aan te vullen.

Pleisters en verband horen eigenlijk ook in het medicijnkastje thuis. Los daarvan is het een goed idee om ook altijd een verbanddoos in huis te hebben. Daarmee heb je in één klap alles bij elkaar als ergens in huis iets mis gaat. Een verbanddoos, die je natuurlijk op een centrale plek in de woning plaatst, pak je zo mee naar een andere ruimte. Dat werkt beter dan eerst naar het medicijnkastje lopen en daaruit allerlei zaken los mee moeten nemen. En heb je kinderen thuis, dan is het verstandig om van alles wat je in het medicijnkastje bewaart ook een op kinderen afgestemde variant aan te schaffen. Controleer de bijsluiters en bekijk per product of dat noodzakelijk is. Wen jezelf aan om ook elk jaar de inhoud van je medicijnkastje te inspecteren en de producten weg te halen waarvan de houdbaarheidsdatum is verstreken. Gooi dergelijke producten niet bij het afval weg, maar lever ze in bij een inleverpunt om het milieu te ontzien. En bewaar nooit antibiotica wanneer die is overgebleven. Dergelijke medicijnen zijn uitsluitend op recept verkrijgbaar en dat heeft natuurlijk een reden. Het is overigens niet de bedoeling dat ze overblijven, men dient altijd de voorgeschreven kuur helemaal af te maken.

Bron: www.lijfengezondheid.nl



Mail & Win: Gezond van kop tot teen

In dit boek geven 4 experts (Nienke Gottenbos, Ralph Moorman, Pascale Naessens, Juglen Zwaan) en 11 (medisch) specialisten hun tips en tricks om elk lichamelijk systeem gezond te houden. Zij leggen je stap voor stap uit hoe elk systeem precies werkt, welke aandoeningen vaak voorkomen en hoe je elk systeem zelf een handje kunt helpen door middel van voeding, beweging en leefstijl.

- Zo zit je lijf in elkaar - uitleg over alle 11 lichaamssystemen
- Heldere uitleg - over gezondheid en ziekte
- Lekker praktisch - adviezen, tips & tricks van 4 experts en 11 (medisch)specialisten
- Zelf aan de slag - voeding, beweging en leefstijl
- Smakelijke recepten - eet je lijf gezond!

Meedoen?

Ga naar www.lijfengezondheid.nl/mailenwin en vul hier je gegevens in



Mail & winactie

Australian Gold®'s vernieuwde Botanical zonnen after-sun producten

We mogen twee sets weggeven met daarin de volgende artikelen:

- SPF 50 Face Medium tint
- SPF 30 Spray
- Aloe Freeze Spray
- Hemp Nation Sea Salt Sandelwood



Meedoen?

Ga naar www.lijfengezondheid.nl/mailenwin en vul hier je gegevens in

UITERLIJK

Van der Schilden Lingerie, mamma-care specialist

Van der Schilden Lingerie is hét adres voor lingerie, nacht- en badmode. Vooral nu, in de zomermaanden, hangen de winkels vol met badmode en accessoires in alle denkbare maten, modellen, kleuren en prints. Ook onze collectie prothesebadmode is in deze maanden het meest uitgebreid. Het belang van het dragen van de juiste producten is voor vrouwen die één of meerdere borsten moeten missen, nóg belangrijker.



geraffineerde accessoires. Verborgen voor het oog is er echter nog veel meer aan de hand. Het decolleté is hoger gesneden voor het perfect op zijn plaats houden van de prothese, bijzondere materialen en pasvormen voorkomen dat de prothese aftekt en het hoger afgewerkte armsgat garandeert een goede steun en een hoog draagcomfort.

Bij Van der Schilden Lingerie denken we samen met onze klanten in oplossingen in plaats van beperkingen. Met een ruim assortiment protheses, badmode en een ervaren coupeuse, lukt het ons meestal om een oplossing te vinden die past bij de klant. Voor de fanatiekere zwemmers is een zwemprothese vaak een goede oplossing, speciaal geschikt voor zwemmen en sportieve activiteit. Voor het aanmeten van (zwem)protheses maken we graag een afspraak, zodat we ruim de tijd kunnen nemen in onze speciaal hiervoor ingerichte paskamer. Met persoonlijke aandacht en gedegen kennis zorgen onze gecertificeerde mammacare-adviseuses dat de klant zich op haar gemak voelt. Uiteraard worden in onze winkels de nodige maatregelen genomen om de hygiëne te waarborgen. We vragen onze klanten om de handen te desinfecteren bij binnenkomst en houden in de winkel afstand van elkaar. Het aanmeten van borstprotheses valt onder de

Wanneer je een borstprothese draagt, kun je nog steeds mooie lingerie en badmode dragen. Er is een ruime keuze aan modische artikelen waarin niet te zien is dat je een borstprothese draagt. Een aantal merken, zoals Anita Care, hebben zich specifiek toegelegd op het ontwikkelen en produceren van prothesebadmode en -lingerie. Qua uiterlijk is er weinig verschil te zien tussen 'gewone' en prothesebadmode, door de kleurrijke motieven, modieuze modellen en

Mammacare specialist



Schilden
Lingerie



AALSMEER
RAADHUISPLEIN 10
0297-327253

ALPHEN AAN DEN RIJN
HOOFDSTRAAT 146
0172-473014

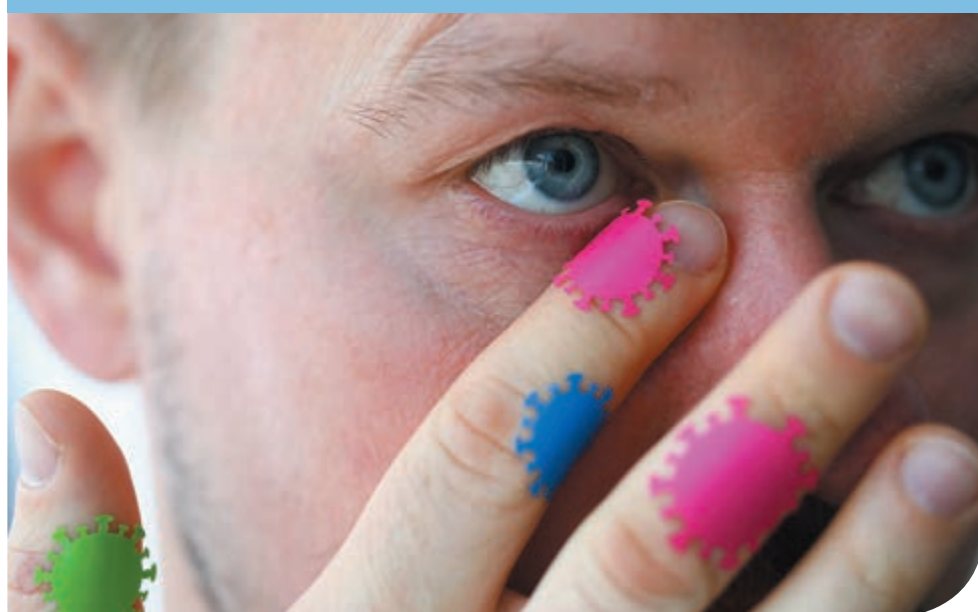
WWW.SCHILDEN-LINGERIE.NL

contactberoepen. Indien het nodig is om de klant aan te raken, doen we dit in overleg. Op deze manier kunnen we een veilige werkwijze garanderen.

Benieuwd geworden naar onze collectie prothesebadmode en -lingerie? Loop gerust eens binnen in onze winkel in Aalsmeer of Alphen aan den Rijn.

MEDISCH

Zo blijf je met je handen van je gezicht af



Door het Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM) worden diverse adviezen gegeven met betrekking tot het coronavirus. Besmetting kan onder meer worden voorkomen door niet steeds met je handen aan je gezicht te zitten. Maar vaak zijn we ons er niet of nauwelijks van bewust dat we voortdurend ons gezicht aanraken. Uit een Australische studie blijkt dat we het meer dan twintig keer per uur doen. Die conclusie werd getrokken uit een analyse van videobeelden, gemaakt van studenten tijdens een college op een universiteit.

Wanneer je handen in contact gekomen zijn met een persoon die besmet is met een virus, bestaat de kans dat het

virus via dat handcontact is overgedragen. Zolang het alleen aan je handen zit, is er nog niet zo veel aan de hand. Door je

handen regelmatig goed te wassen, kun je het virus verwijderen en geef je het virus geen kans om zich verder te verspreiden. Maar kom je met een hand, waarop zich het virus bevindt, in contact met je gezicht, dan wordt het een ander verhaal. In dat geval kan het virus via je ogen, neus of mond je slijmvliezen bereiken en als dat gebeurt, is het hek van de dam. Het virus infiltreert dan je lichaam, waardoor je dus zelf formeel besmet bent geraakt, met alle vervelende gevolgen van dien. Maar waarom zitten we dan zo vaak aan ons gezicht? Op de eerste plaats omdat we bijvoorbeeld last hebben van jeuk. Het is een hele kunst om niet te krabben als we het ergens voelen jeuken, maar het kan vaak wel. Door je gedachten te verzetten, de prikkel compleet te negeren en iets anders te gaan doen, ben je vaak wel in staat om het krabben achterwege te laten. Mensen die zich hebben verdiept in mindfulness zullen hier waarschijnlijk minder moeite mee hebben. Het is een kwestie van negeren, maar dat blijft voor veel mensen erg lastig. Een handige truc is het om altijd een papieren zakdoekje, tissue of stuk keukenpapier bij de hand te hebben. Door daarmee te krabben, maakt de hand geen contact met het gezicht en kan een eventueel aanwezig virus dus niet worden overgebracht.

Er zijn overigens nog meer verklaringen voor het feit dat we zo vaak ons gezicht aanraken. Niet alleen omdat het ergens kriebelt, maar ook omdat we bijvoorbeeld

even vlug iets willen controleren. Vooral wanneer er sprake is van een wondje of oneffenheid. Je wilt dan vaak gewoon even voelen of alles nog in orde is. Wetenschappers hebben ontdekt dat de mens, door het aanraken van zijn eigen gezicht, in staat is om bepaalde emoties te reguleren. Daarbij viel op dat het vaak de linkerhand is, die we naar ons gezicht brengen als we een bepaalde spanning of emotie ervaren. Dit zou te maken hebben met de werking van onze hersenen. Het gebied in de hersenen waarmee we onze handen aansturen, ligt vlakbij het gebied waarmee we ons gezicht aansturen.

Overigens zijn er mensen die nog veel vaker dan gemiddeld hun gezicht, of in bredere zin hun huid in het algemeen, willen aanraken. Men spreekt dan wel van 'skin picking disorder' en om dit te voorkomen kun je een aantal eenvoudige trucjes toepassen. Zorg er bijvoorbeeld voor dat er geen spiegels in het zicht staan of hangen. Wanneer je spiegels afdekt, voorkom je dat je steeds naar je eigen huid gaat kijken. Want zodra je kijkt, bestaat de kans dat je iets ziet en toch weer overgaat tot aanraking. Schrijf op zelfklevende memoblaadjes dat je niet aan je huid mag zitten en plak ze op een aantal prominente plaatsen in huis, zodat je er steeds mee geconfronteerd wordt. Zo kun je in feite jezelf programmeren om anders te handelen. Het heeft vooral te maken met bewustwording.

Bron: www.lijfgezondheid.nl

VOEDING

Het effect van eiwitten op je sportprestaties

Als sporter is het van vitaal belang dat je voldoende eiwitten binnenkrijgt. Eiwit, ook wel proteïne genoemd, is namelijk een van de belangrijkste bouwstoffen voor je spieren. Veel sporters nemen daarom een plantaardige eiwitshake na hun training. Plantaardige eiwitshakes bevorderen het spierherstel en zorgen ervoor dat je lichaam beter herstelt van een intensieve workout.

Spierschade

Tijdens het sporten ontstaan er door de verhoogde inspanning kleine scheurtjes in je spieren. Om deze spierschade te herstellen heeft je lichaam voldoende bouwstoffen, oftewel eiwitten, nodig. Indien er voldoende eiwitten beschikbaar zijn kan je lichaam de kleine scheurtjes in de spieren goed herstellen, waardoor je spieren na elke training een stukje sterker worden. Zijn er niet voldoende eiwitten aanwezig dan duurt het spierherstel beduidend langer. In het ergste geval lukt het

helemaal niet om de spierschade te herstellen waardoor je last kunt krijgen van een langdurig zwak gevoel in je spieren of blessures. Het is dus uitermate belangrijk om voldoende eiwitten binnen te krijgen na een intensieve training. Een plantaardige eiwitshake is een simpele manier om de bouwstoffen voor je spieren aan te vullen.

Eiwitten gedurende de dag

Natuurlijk heeft je lichaam niet alleen na het sporten behoefte aan eiwitten. Gedurende de

hele dag is je lichaam continu bezig met het opbouwen of afbreken van spieren. Spierafbraak klinkt ernstig, maar het is een natuurlijk proces dat gedurende de hele dag plaatsvindt in je lichaam. Als je net een eiwitrijke maaltijd hebt gegeten heeft je lichaam de bouwstoffen binnengekregen om spieren te gaan opbouwen. Na een intensieve workout, of als je al een tijdje niet gegeten hebt, zijn deze bouwstoffen echter op, waardoor er spierafbraak optreedt. Over het algemeen geldt dat je sterker wordt als de opbouw van spieren gedurende dag hoger ligt dan de afbraak ervan. Eet dus niet alleen na het sporten eiwitten, maar zorg ervoor dat je tijdens elke maaltijd proteïne binnenkrijgt.

Hoeveelheid eiwitten

Nu klinkt het misschien alsof je automatisch heel erg sterk wordt als je maar voldoende eiwitten eet. Helaas is dit niet het geval. Ons lichaam kan namelijk maar een beperkte hoeveelheid eiwitten verwerken op een dag, en het eten van heel veel extra eiwitten zorgt dus niet voor heel veel extra spieropbouw. Gemiddeld hebben atleten dagelijks ongeveer 1,4 gram eiwit per kilo lichaamsgewicht nodig. Dit komt neer op ongeveer 91 gram

eiwit voor een vrouw van rond de 65 kilo die intensief sport. Om spierschade te voorkomen wordt aangeraden om binnen twee uur na een intensieve training een snack of maaltijd te nuttigen die zo'n 20 tot 25 gram eiwit bevat. De rest van de eiwitten dient dan gedurende de dag ingenomen te worden om het



VOEDING

Tachtig procent van obese kinderen heeft ongezonde leefstijl

Uit recent medisch onderzoek blijkt dat ruim 80 procent van obese kinderen te helpen zijn met een gezonde leefstijl. Maar dat is de uitleg die ik eraan geef.

Clemens Vollebergh



Ruim tachtig procent van obese kinderen zijn te helpen met een gezondere leefstijl. Dat is de positieve boodschap die getrokken kan worden uit een recent medisch onderzoek. Maar dan kent u de onderzoekers van Erasmus MC en Amsterdam UMC nog niet. Zij denken aan hun core business en komen graag ronkend in het nieuws! Een andere conclusie laat zich niet trekken wanneer je het artikel in De Gelderlander van 19 mei^[1] leest: "Ernstige obesitas bij kinderen heeft vaak medische oorzaak: 'Ik ben blij dat het niet aan mij ligt'" Het artikel vervolgt: "Bij één op de vijf kinderen met ernstige obesitas is een medische oorzaak de boosdoener. Dus niet een ongezonde leefstijl, wat vaak gedacht wordt. Dat blijkt uit onderzoek van het Erasmus MC en Amsterdam UMC." Wat een redenering! Er wordt eigenlijk gezegd: in de gevallen dat er sprake is van een medische oorzaak, is ongezonde leefstijl geen boosdoener. Maar bij die andere vier kinderen is dat dus wel het geval... Moeten we daar dan onze mond over houden? Wie de nadruk legt op de vele mogelijke oorzaken, haalt elke conclusie onderuit. "Ja jij kunt wel zeggen dat de zon schijnt, heel veel wetenschappers zien vochtdeeltjes in de lucht dus het regent ook een beetje..." Oplossingen zitten niet in het openhouden van mogelijkheden maar in het sturen op waarschijnlijkheden. En daarvoor hoeven we alleen maar te kijken naar het eet- en beweeggedrag van vier op de vijf obese kinderen.

Ongezonde leefstijl

Maar de medische wereld is van nature gericht op het binnenhalen van onderzoeks-

geld voor de behandeling van ziek(t)en en schroomt daarbij niet bewijsvoering als het ware om te keren. Media doorzien niet de manipulatie. Zij zien medici als een beroepsgroep uit roeping, die het beste voor heeft met zieken. Maar voor een grote groep medici is zorg verlenen (big) business (daarmee trek ik niet alle medici over één kam, want ik ken er velen die het goed doen en oprecht hun vak uitoefenen).

Onderzoek

Het onderzoek werd uitgevoerd onder 282 obese patiënten van gemiddeld 10.8 jaar.

Bij 54 bleken medische oorzaken de obesitas, waarvan 37 genetisch belast. Tot nu toe werd altijd uitgegaan van 5 procent van de patiënten waarbij genetische aanleg obesitas verklaarden, nu is dat opeens 19 procent. Waardoor deze toename, dat wordt niet verklaard. Er wordt wel geconcludeerd dat er meer onderzoek moet komen om deze grote groep een passende behandeling te bieden. Gezonde leefstijl is zinloos? Het bericht in De Gelderlander houdt mensen af van gezonde leefstijlinterventies. "Zie je wel, ik kan er niks aan doen: Gezonde leefstijl is zinloos". De conclusie gaat ook verder: Alles wat niet-medici zeggen over obese kinderen valt onder fatshaming... "Ook obesitaschirurgen en wetenschappers zijn het hardnekkig stigma beu".

NB 1. Ik legde Hanneke van Houwelingen, journaliste van het artikel in De Gelderlander de opmerking voor dat -zelfs uit dit magere onderzoek- blijkt dat 4 op de 5 obese kinderen een ongezonde leefstijl hebben. Haar antwoord: "We hebben bewust voor deze nieuwsinsteek gekozen, omdat het percentage kinderen dat ernstig overgewicht heeft vanwege een medische oorzaak veel hoger ligt dan eerder werd beschreven in de medische literatuur. De conclusie dat de overige tachtig procent te zwaar zou zijn door een ongezonde leefstijl is te kort door de bocht,

vrees ik. Natuurlijk is weinig bewegen en veel eten een belangrijke oorzaak, maar in eerdere artikelen schreven we ook dat artsen en onderzoekers nog heel veel niet weten over het ontstaan van obesitas." Inderdaad, als één van de honderd zwanen zwart is kun je niet stellen dat alle zwanen wit zijn. Je moet ongezonde leefstijl niet aanpakken want het zou wel eens geen tachtig procent kunnen zijn... "vrees ik".

NB 2. Dat er bij 19 procent van de obese kinderen sprake is van een medische oorzaak, wil nog niet zeggen dat obesitas voor deze groep onafhankelijk is van leefstijl. De omgeving speelt in de meeste gevallen een grote rol bij het ontwikkelen van obesitas bij deze kinderen.

NB 3. Het gaat niet om verwijdbaarheid, wel om herleidbaarheid. Het aantal gevallen van obesitas (bij kinderen) is omlaag te brengen. Er is wat mij betreft geen sprake van stigmatisering wanneer je naar cijfers kijkt en ambities hebt deze omlaag te brengen in het belang van de kinderen en de samenleving. Medici moeten dus geen wij-zij tegenstelling creëren en daarmee de discussie doodslaan.

[1] Houwelingen, Hanneke van, (19 mei 2020) Ernstige obesitas bij kinderen heeft vaak medische oorzaak: 'Ik ben blij dat het niet aan mij ligt', De Gelderlander.



MEDISCH

Door Shiatsu weerbaarder, sterker en ontspannen

Ellen Bakker een jonge vrouw van begin dertig kon jarenlang haar werk niet meer naar behoren doen. Ellen vertelt; 'Ik had meer dan acht jaar veel klachten; pijn in mijn heup, nek, schouders en pols. Ik ben hiervoor naar diverse artsen en specialisten geweest. Helaas zonder resultaat. Maar Petra heeft, met Shiatsu- behandelingen, mij van mijn klachten afgeholpen en nu kan ik weer met een computermuis werken, dit heb ik hiervoor zeker acht jaar niet meer gekund.'

Shiatsu

We spreken over Ellens ervaring met Shiatsu-therapeute Petra van der Knaap. Petra's praktijk heet 'San Bao'. Dat betekent 'Drie schatten' in het Chinees; de drie belangrijkste elementen die er voor zorgen dat een mens in evenwicht kan leven. Op mijn vraag wat Shiatsu eigenlijk is legt Petra uit; 'Shiatsu is een traditionele Chinese behandelwijze waarbij met lichte druk op het lichaam blokkades of stagnaties in energiebanen worden opgelost. Drukpunten zitten niet altijd op de pijnlijke plek zelf. Het kan zijn, bijvoorbeeld bij hoofdpijn, dat alleen de benen worden behandeld.' Dit geldt voor lichamelijke klachten, maar zeker ook op mentaal vlak kan Petra helpen. Emoties kunnen net zo goed stagnaties in het lichaam veroorzaken en door het opheffen van de blokkades kunnen klachten een stuk minder worden, waardoor er een significante verbetering is in de kwaliteit

van het leven. De energiebanen stromen dan beter door waardoor bijvoorbeeld het verdriet, de pijn of de angsten niet blijft 'hangen'. Vaak kunnen alle klachten, deels, of soms helemaal, verholpen worden. Dit verschilt wel per persoon, benadrukt de ervaren therapeute.

Klachtenvrij

Ellens energie is voelbaar als zij vertelt; 'Ik kan weer sporten, ik slaap beter en zit veel beter in mijn vel. Als ik nu toch weer een keer last heb dan kan ik er veel beter naar handelen en zit ik niet meteen in de put. Ik voel me weerbaarder, sterker en ontspannen. Een wereld van verschil! Petra was de eerste na 7 behandelaars (!) die resultaat heeft behaald waardoor mijn pijnklachten vrijwel verdwenen zijn. Zij benadert de klachten als een totaalbeeld en kijkt naar het hele lichaam. Dit sprak mij erg aan omdat mijn klachten vanuit



SAN BAO PRAKTIJK

SHIATSU MASSAGE THERAPIE



Lid van beroepsvereniging NVTCCG Zhong

Shiatsu therapie is een effectieve behandeling voor veel klachten zoals hoofdpijn, slapeloosheid, overgangsklachten, stress, menstruatieproblemen (pijn en/of heftig bloedverlies), vermoeidheid, ademhalingsklachten, burn-out, pijn in rug, schouders, nek of andere pijnklachten, emotionele problemen en darmklachten. Shiatsu versterkt uw weerstand en is zeer ontspannend. Het geeft uw lichaam een echte oppepper!

De behandeling wordt door de meeste zorgverzekeraars vergoed.

**Kijk voor meer informatie:
www.sanbaopraktijk.nl of bel 06 1528 0701**

stress zijn ontstaan. De vorige behandelaars keken alleen naar de betreffende pijnplek waardoor de oorzaak niet werd weggenomen. Door de massage en de acupunctuur kon ik heel goed ontspannen wat mij hiervoor niet lukte. Echt een reset moment!

Frequentie

Hoe vaak ga je? vraag ik haar. 'We begonnen, na een intake, met één keer per week. Dit deden we vier weken, daarna zijn we gaan afbouwen, steeds meer tijd tussen de behandelingen, met uiteindelijk 8 tot 10 weken tussen de behandelingen.' Op de

website van Petra, www.sanbaopraktijk.nl staat veel meer informatie. Ook uitgebreidere beschrijvingen van de behandelingen of wat u kunt verwachten. De kosten worden grotendeels vergoed door de meeste zorgverzekeraars omdat zij aangesloten is bij beroepsvereniging Zhong.

SAN BAO PRAKTIJK

Praktijk voor shiatsu therapie
Loevestein 39
1187 DL Amstelveen
06-15280701
www.sanbaopraktijk.nl
www.facebook.com/sanbaopraktijk

MEDISCH

Hoe ga je met een soa om?

Er ligt een enorme taboe op het onderwerp van soa's en voor velen is het lastig om hierover te praten. Niet alleen met mensen om je heen, ook vinden veel mensen het lastig om naar de dokter te stappen met klachten die voorkomen bij soa's. Het wordt vaak gezien als iets doms wat je had kunnen voorkomen, maar dat is niet altijd zo. Die schaamte die een soa met zich meebrengt lijkt normaal, maar eigenlijk moeten we het taboe op dit onderwerp echt verbreken.

Weinig invloed

Misschien komt jouw schaamte voort uit het feit dat je denkt dat het jouw eigen schuld is. Dat is een logische gedachte wanneer je onveilig met iemand naar bed bent geweest, maar je kan het nooit helemaal voorkomen dat je een soa oploopt. Zelfs als je alleen iemand met een koortslip een kus geeft, kan dit leiden tot een geslachtsziekte. Hier heb jij zelf weinig invloed op en dus zou het niet iets moeten zijn waar jij je voor schaamt. Je

kiest er tenslotte niet zelf voor. Seks is heel normaal en soa's ook, dus waarom zou je je schamen?

Laat je testen

Het is altijd een grote stap voor mensen die moeilijk te nemen is, maar het is erg belangrijk dat je je regelmatig laat testen als je met verschillende mensen naar bed gaat. Zeker wanneer je last krijgt van bepaalde symptomen als jeuk of uitslag is

het belangrijk dat je je zo snel mogelijk laat testen. Gelukkig hoef je hiervoor tegenwoordig helemaal niet altijd meer voor naar de huisarts of GGD, maar kun je dit ook gewoon thuis jouw soa testen. Als je het ongemakkelijk vindt om met je klachten (of zonder klachten) naar een dokter te stappen, is een zelftest echt een uitkomst. Zo'n soa test wordt onder de 25 jaar zelfs nog vergoed. Het hoeft ook helemaal niet zo te zijn dat je doorhebt dat je een soa hebt. Zo

zijn er verschillende soa's waar je niet eens bij doorhebt dat er iets mis is. Je wil voorkomen dat je met een soa rondloopt zonder dat je dit weet. Je kan dit namelijk op allemaal mensen overbrengen, die er vervolgens ook last van gaan hebben. Ze komen dan vaak toch terug bij jou en dan voel je je pas echt schuldig. Wees dit dus altijd voor en laat je regelmatig testen als je met verschillende mensen naar bed gaat.

Bron: www.lijfegezondheid.nl



Foto: Cottonbro pexels

BEWEGING

Grote uitbreiding van het centrum van Inge Saraswati!



Met grote vreugde wil ik iedereen laten weten dat ik mijn centrum ga uitbreiden, nu nog gevestigd aan de Willem Alexanderstraat. Wij hebben het geluk gehad een mooi nieuw huis met een aangrenzend pand te kunnen kopen waar we alle activiteiten die nu door mij gegeven worden hun plek kunnen krijgen.

Het is gelegen aan de Hornweg 177 in Aalsmeer. Wij gaan dit pand tot een waar paradijs/ashram verbouwen. Groepsactiviteiten vinden voorlopig plaats in het huis op de Hornweg omdat de verbouwing nog gaande is in het aangrenzende pand. De sfeervolle ruimte biedt alle mogelijkheden om op anderhalve meter afstand mijn mooie yogalessen te geven. Vanaf maandag 7 september beginnen de yoga cursussen weer op maandagavond, dinsdagavond, donderdagochtend en donderdagavond (de yoga masterclass van anderhalf uur). Mijn hart juicht precies op tijd dit

aangekocht! Een godsgeschenk. Dus hierbij nodig ik je uit voor een individuele proefles yoga en persoonlijke kennismaking zo dat ook jij mee kunt doen in september wanneer ik de yoga cursussen weer opstart. Naast de hoogwaardige yogalessen kan je ook terecht bij mij als magnetiseur, en voor Satsang/meditatie avonden. Daarnaast ben ik Avatar master en geef ik deze 9-daagse bewustzijns trainingen 3 x per jaar. Op mijn website kan je alles lezen over alle activiteiten en het interview volgen dat ik had met Patrick Kicken naar aanleiding van mijn boek 'De Onthulling – Het mysterie dat leven heet'.



Grote uitbreiding bij Inge Saraswati!

In september gaat zij een nieuw pand betreden waar zij haar groepen op anderhalve meter afstand haar lessen kan geven:

- Yogalessen
- Meditatie Satsangavonden
- Magnetiseersessies
- Avatar bewustzijnstrainingen

Voor een proefles yoga een op een kan je nog terecht in haar oude yoga tempel. De cursussen starten per 7 september op de nieuwe locatie op de Hornweg 177. Ik heet je van harte welkom.

Voor een afspraak kan je bellen 0297-328798 of mailen info@ingesaraswati.com www.ingesaraswati.com



De proefles geef ik nog in mijn oude yoga tempel een op een, hiervoor kan je een afspraak maken en dat geldt voor alle

activiteiten. Je bent van harte welkom! 0297-328798 of info@ingesaraswati.com www.ingesaraswati.com

UITERLIJK

De beste huidverzorgingsroutine voor dertigers

Voor veel mensen gaan de dertiger jaren gepaard met grote veranderingen. Zo ga je wellicht trouwen, krijg je kinderen of maak je een grote carrière switch. Ook je huid maakt een grote verandering door. Dit komt door verschillende factoren, zoals minder slaap (door kleine kinderen) en stress maar ook hormonale veranderingen. Vergeleken met je 20's wordt de huid minder flexibel en slapper. Dit is dus een uitstekende tijd om je huidverzorgingsroutine eens onder de loep te nemen en indien nodig bij te sturen.

Reiniging van de huid

Kies voor een milde en verzorgende cleanser die je huid hydrateert. Jouw skincare routine begint altijd met een schone huid. Het valt aan te raden om te kiezen voor een product dat geen parfum of parabenen bevat. Deze zijn namelijk geschikt voor ieder huidtype, ook de erg gevoelige huid. Door je huid goed te verzorgen kun je ook met minder make-up de deur uit want je hebt al van jezelf een frisse look.

Ga een toner gebruiken

Veel mensen slaan een toner over tijdens de huidverzorging. Zeker vanaf je 30ste is dit een echte must, want door hormonen en zonneschade is de huid vaak niet meer zo egaal als dat deze was. Een toner biedt de uitkomst, want deze zorgt ervoor dat je huis er egaal en

fris uit komt te zien en hydrateert en kalmeert tegelijkertijd. Vergeet deze dus niet te gebruiken.

Dode huidcellen verwijderen

Door de huid te exfoliëren verwijder je dode huidcellen, waardoor je huid soepel en gezond blijft. Met een product dat verstevigende en vochtinbrengende ingrediënten bevat kom je weer dicht in de buurt van de zachte en blozende appelwangetjes van vroeger. Je huid gaat hierdoor stralen en heeft een heldere uitstraling.

Extra vitamine C

In je dertiger jaren worden de schade van zon en pigmentatie zichtbaar op je huid. Vitamine C gaat vroegtijdige huidveroudering door blootstelling aan UV-straling en zonlicht

tegen. Je kunt voedingsmiddelen eten die rijk zijn aan deze belangrijke vitamine, een voedingssupplement gebruiken of kiezen voor een serum met vitamine C. Het voordeel van een serum is dat deze direct tot diep in de huid trekt en een grote hydraterende werking heeft, waardoor je snel het resultaat ziet.

Retinol

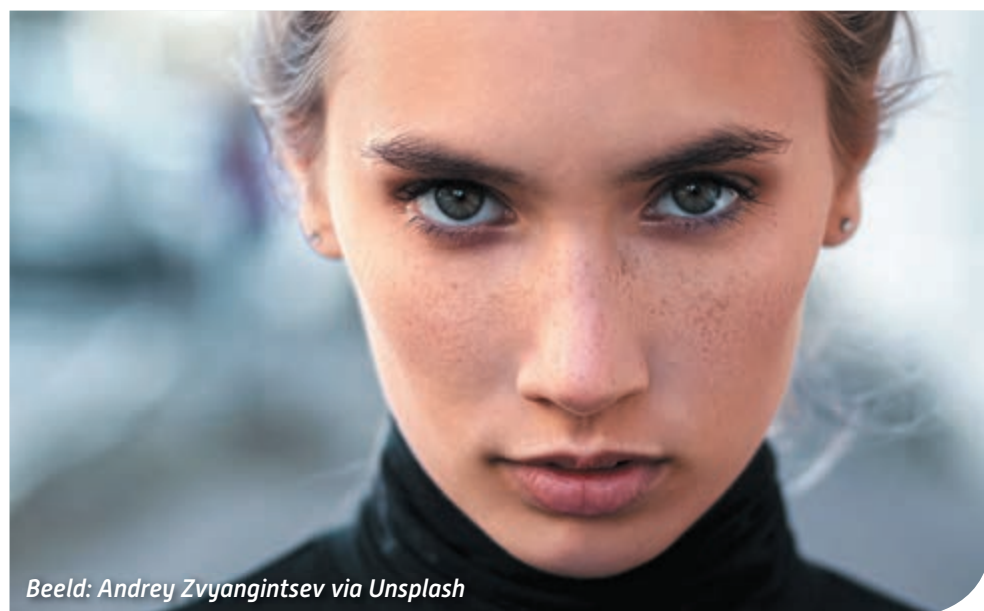
Retinol is een wondermiddel voor de huid van dertigers. Het verhoogt de celvernieuwing van de huid en het collageen. Dit neemt vanaf je 30ste af, waardoor je huid wel een extra steuntje in de rug kan gebruiken. Breng retinol pas 's avonds aan omdat zonlicht de werking kan verminderen. Smeer niet alleen

je gezicht in maar ook je hals en decolleté voor een stralende en jeugdige teint.

Aandacht voor de ogen

De ogen kunnen na je 30ste wel wat extra liefde gebruiken, iets wat je misschien al is opgevallen na een avondje flink stappen. De huid rondom de ogen is namelijk erg dun waardoor het sneller vocht verliest en je krijgt sneller last van wallen en donkere kringen. Ook ontstaan de eerste kraaienpootjes en lijntjes op deze leeftijd. Met een hydraterende oogcrème houd je de huid soepel en zacht en verminder je fijne lijntjes, rimpels en wallen onder de ogen.

Bron: www.lijfengezondheid.nl



Beeld: Andrey Zvyangintsev via Unsplash

VOEDING

Vortho helpt bij onverklaarbare maag- en darmklachten

Een goede afweer begint in de darmen. Juist nu, in tijden van het coronavirus, is een goed immuunsysteem van belang. Veel mensen lopen rond met maag- en/of darmklachten waar de reguliere geneeskunde geen raad mee weet.

Bij maagzuurklachten wordt vaak een maagzuurremmer voorgeschreven terwijl in 90% van de gevallen er te weinig maagzuur wordt aangemaakt. En maagzuur is ESSENTIEEL voor de start van

een goede vertering. Te weinig maagzuur en het gebruik van maagzuurremmers zijn de aanzet voor een slechte vertering en gedoe in de darmen. Niet goed voer-verteerd eten zorgt voor gisting en

rotting in de darmen met een opgeblazen gevoel en winderigheid tot gevolg. Te weinig maagzuur heeft ook tot gevolg dat vitamine B12 en mineralen niet goed worden opgenomen met op termijn tekorten. De reguliere geneeskunde schuift onverklaarbare darmklachten vaak weg als prikkelbaar darmsyndroom en mensen krijgen te horen dat men er maar mee moet leren leven.

Maar dat hoeft niet! In mijn praktijk heb ik al vele mensen van hun buikkklachten af geholpen met behulp van gerichte voedings- en suppletieadviezen op basis van laboratoriumonderzoek (ontlastings- en/of bloedtesten). Meten is weten. Is het in je darmen een rommeltje? Dan is de kans groot dat je

op termijn een minder goed werkend immuunsysteem krijgt. En dat maakt dat je vatbaarder wordt voor parasieten, ziekmakende bacteriën, schimmels én virussen. In mijn uitgebreide intake kijk ik ook naar vermoedelijke vitamine- en mineraaltekorten. Dit allemaal op basis van een uitgebreide intake. Heb jij genoeg van je buikproblemen en wil jij werken aan een betere gezondheid én een sterker immuunsysteem? Bel mij (06-55117628) of mail mij (mail@vortho.nl).

Marjon Middelkoop-Huiskens
Orthomoleculair epigenetisch therapeut

Vortho
Hornweg 7
1432 GD Aalsmeer



Onverklaarbare maag- en/of darmklachten?
Een goede afweer begint in de darm!



MEDISCH

Virussen, bacteriën, parasieten en schimmels



Het coronavirus heeft de wereld bewust gemaakt van het feit dat de mens in feite een heel kwetsbaar wezen is. We wanen ons sterk, maar kunnen in relatief korte tijd ten onder gaan aan minuscule kleine ziekteverwekkers. En daarvan zijn er nogal wat bekend. Vrijwel iedereen die dit leest, heeft wel eens te maken gehad met een verkoudheid of lag op bed met griep. In beide gevallen ben je dan ten prooi gevallen aan een virus. Sommige mensen denken dat een virus een heel klein beestje is, maar dat is niet het geval. Een virus is geen organisme en heeft ook geen cellen. Het is een ziektekiem die een lichaamscel van een organisme (zoals de mens) nodig heeft om te kunnen overleven. Wanneer een virus achter blijft op een niet-levend object, zal het na verloop van tijd onschadelijk zijn. Daar gaat echter een aantal uren, soms zelfs dagen, overheen. Vandaar dat we dergelijke virussen alsnog kunnen oplopen wanneer we bijvoorbeeld een deurklink aanraken die eerder in contact is geweest met iemand die een virus bij zich draagt. Juist daarom wordt zo aangedrongen op een goede hygiëne.

Wanneer een virus zich eenmaal genesteld heeft in een lichaamscel, gebeuren er twee dingen. Die lichaamscel wordt als het ware gesloopt en het virus begint zich te vermenvuldigen. Ons lichaam reageert daarop door antilichamen aan te maken en gaat zo de strijd aan om de indringer onschadelijk te maken. Hoe sterker je weerstand is, hoe beter dat proces verloopt. Met gezonde voeding en voldoende beweging stimuleer je het immuunsysteem en ben je beter bestand tegen virussen. Vandaar dat bij veel mensen het coronavirus slechts voor milde klachten zorgt. Zij hebben snel de juiste hoeveelheid antistoffen aangemaakt, waardoor het virus kansloos wordt en uiteindelijk wordt overwonnen. Mensen die echter al een zwakke gezondheid en/of een verminderd immuunsysteem hebben, kunnen flink in de problemen komen en er zelfs aan overlijden, zoals we helaas in de afgelopen tijd veel hebben gezien. Voor veel virussen geldt dat ons lichaam er immuun voor wordt wanneer de eerste aanval succesvol is afgeslagen. Er zijn dan voldoende antilichamen aanwezig om een eventuele nieuwe poging al bij voorbaat te blokkeren.

Bacteriën zijn, in tegenstelling tot virussen, wel zelfstandige organismen. Bovendien zijn ze ook lang niet altijd schadelijk voor de mens. In tegendeel, we kunnen zelfs niet zonder bepaalde bacteriën. In ons lichaam wonen miljoenen van die bacteriën en over het algemeen is dat prima. Er zijn bijvoorbeeld bacteriën die in onze darmen leven en zich daar voeden met het eten dat wij naar binnen werken. Vervolgens scheiden ze vitamines uit die wij goed kunnen gebruiken. Een prima samenwerking dus, waar zowel de mens als de bacterie van profiteert. Het kan echter ook mis gaan. Als de verkeerde bacteriën op de

verkeerde plek belanden, kunnen we daar behoorlijk ziek van worden. Denk maar aan de veteranenziekte, die in de loop der jaren meerdere malen mensenlevens heeft geëist. Deze ziekte wordt veroorzaakt door de legionellabacterie. Dat is een bacterie die vaak is te vinden in stilstaand water. Om die reden wordt geadviseerd om, bij thuiskomst na een vakantie, eerst enkele minuten de kranen te laten lopen, om de leidingen goed te kunnen doorspoelen. Bacteriën zijn overigens groter dan virussen, je kunt ze met een gewone microscoop al waarnemen. Er zijn vier soorten; de kokken (bolvormig), de bacillen (staafvormig), de vibrio's (komvormig) en de spirillen (schroefvormig). Dan hebben we ook nog de zogenoemde parasieten. De kleinsten daarvan zijn meestal groter dan de bacteriën, al heb je er nog steeds een microscoop voor nodig om ze te kunnen onderscheiden. Het zijn de zogenoemde protozoën. Maar ook een aantal kleine beestjes die we met het blote oog prima kunnen waarnemen, zoals allerlei soorten wormpjes, behoren tot de parasieten. En wat te denken van de vlooien, luizen, mijten en andere ongewenste bezoekers? Zij vallen onder de geleedpotige parasieten en kunnen op hun beurt weer micro-organismen bij zich dragen die in ons lichaam veel schade kunnen aanrichten. En behalve de virussen, bacteriën en parasieten moeten we ook nog oppassen voor schimmels. Hinderlijk om te hebben (denk maar aan de voetschimmel) maar over het algemeen van minder grote impact, omdat ze in de meeste gevallen niet in staat zijn om infecties in ons lichaam te veroorzaken. Een bekende aandoening die door schimmels wordt veroorzaakt, is spruw.

Bron: www.lijfgeneeskunde.nl

En dan is het Zomer bij Sijbrants & van Olst Optiek



De buitenlucht lonkt zacht: de natuur is tot volle wasdom gekomen. Na een lange lockdown worden de maatregelen beetje bij beetje soepeler en kunnen we nu weer volop naar buiten om te genieten van de zon. De terrassen zijn weer open (met 1.5 m maatregelen), de zomerkleren zijn alweer even uit de kast en de roep naar het (nieuwe) normaal wordt bij iedereen steeds sterker!

Wij voelen die tinteling ook. En we bereiden ons het liefst met jou voor op een prachtige zomer, al is het dan in eigen land. Een magnifiek moment waarop we ons assortiment hebben aangevuld met de laatste ontwerpen, die een frisse weerspiegeling zijn van het nieuwe modebeeld van 2020. Aangevuld met mooie, lichte glazen en zonneglazen in alle kleuren die je wenst. We hebben de grote en de kleine merken, die met zorg en gevoel voor de laatste trends zijn uitgezocht. En die net even anders zijn dan die bij de grote optiek ketens. Het verschil? De grote optiek ketens bieden een centraal bepaald en voorgeschreven assortiment. Maar wij hebben het lef om ook de wat exclusievere en opkomende merken een kans te geven. Want wij kopen in met gevoel. En hechten meer waarde aan exclusiviteit dan aan massa inkoop. Jij toch ook?

Start van de SummerSale

Op 27 juni start dan de Summersale. Een sale met flinke kortingen en spectaculaire acties. Dus hou in deze krant de advertentie of onze website en facebook in de gaten. Sijbrants & van Olst is al meer dan 25 jaar een begrip voor moderne brillen van zeer hoogstaande kwaliteit! Niet alleen in Uithoorn en Ouderkerk aan de Amstel, maar in feite in heel Amstelland en ver daarbuiten! Men kan hier kiezen uit een grote collectie monturen en zonnebrillen van bekende topdesigners, zoals bijvoorbeeld Theo, Paul Smith, Oliver People en Lindberg. Spectaculaire aanbieding van zonnebrillen met glazen op eigen sterkte Al sinds maart van dit jaar heeft Sijbrants & van Olst spectaculaire aanbiedingen met een aantal speciale merkzonnebrillen zoals Ray Ban, Prada en

de S&O Designlijn. Deze zonnebrillen zijn scherp geprijsd met Hoya glazen (diverse kleuren) op eigen sterkte vanaf € 79,-.

Alles over oogmetingen en contactlenzen

Sijbrants & van Olst is ook het juiste adres voor gespecialiseerde oogmetingen en contactlenzen. Klanten kunnen altijd, gratis, advies vragen aan de opticien en contactlensspecialist die gespecialiseerd zijn in het uitvoeren van oogmetingen en onderzoeken naar afwijkingen aan het oog. Voor sommige mensen met oogafwijkingen, hoornvliesbeschadiging, gevoelige of droge ogen is het mogelijk om medische contactlenzen aan te meten. Dit vraagt om een specifieke lens die afwijkt van de normale harde of zachte contactlens. De contactlensspecialisten bij Sijbrants & van Olst hebben naast hun contactlensopleiding ook een speciale opleiding gevolgd om deze speciale lenzen aan te meten. Ook voor nachtlenzen bent u bij ons aan het juiste adres. Nachtlenzen worden steeds meer aangemeten. Deze lenzen worden 's nachts gedragen wat volkomen veilig is, omdat het materiaal van de lens genoeg zuurstof doorlaat. Nachtlenzen hebben het grote voordeel dat u overdag geen bril of lenzen hoeft te dragen en u toch alles scherp ziet. Het geeft u dus de volledige vrijheid om overdag makkelijk te kunnen sporten of bijvoorbeeld 's avonds uit te gaan. De contactlensspecialist kan na een aantal testen bepalen uw ogen geschikt zijn voor nachtlenzen.

Wij hopen uw nieuwsgierig te hebben gemaakt zodat we u snel zien in een van onze winkels.

www.designbril.nl

KORTINGEN
TOT
75%

Summer Sale

27 JUNI T/M 11 JULI SUMMER SALE. Kortingen tot wel **75%** op stoere, coole én klassieke monturen uit de vorige collectie. En **10%** extra zomervoordeel op **HOYA GLAZEN** (tot een maximum van € 100,-). Alsof dat nog niet genoeg is, geven we ook nog eens **10% KORTING** op de nieuwe collectie monturen en zonnebrillen! Wij hopen u binnenkort te zien in één van onze winkels in Uithoorn of Ouderkerk a/d Amstel.

* Vraag naar de voorwaarden in de winkel. We houden de ontwikkelingen rond het coronavirus nauwlettend in de gaten en volgen de richtlijnen van het RIVM.

Sijbrants & van Olst Optiek Dorpsstraat 32, Uithoorn | telefoon 0297 540777 en Sluisplein 1, Ouderkerk a/d Amstel | telefoon 020 4966082



Centraal wonen tussen Amsterdam en Utrecht

Wonen op een prachtige centrale locatie met de natuur om de hoek? Waarbij je alle dagelijkse voorzieningen onder handbereik hebt? In de Maricken in Wilnis, centraal tussen Amsterdam en Utrecht, kan het. Deze jonge, gewilde wijk verbindt drie gezellige dorpen: Wilnis, Mijdrecht en Vinkeveen. De Vinkeveense Plassen en andere bijzondere natuurgebieden liggen op loop- en fietsafstand.

Laatste kans op heerlijk wonen in de Maricken!

Vanaf 17 juni zijn de allerlaatste woningen van de Maricken in verkoop. Wilt u ook wonen in deze ruim opgezette, groene wijk? Aan een groene woonstraat of door water omgeven op het eiland? U hebt nog keuze uit ruime, klassieke gezinswoningen (vanaf € 395.000 v.o.n.), twee-onder-een-kapwoningen (vanaf € 545.000 v.o.n.) en enkele bijzondere vrijstaande eilandwoningen. De verkoop start 17 juni 13 uur online. Ook kunt u op 17 juni van 14 – 18 uur en 19 juni van 15 uur – 19 uur terecht in het verkoopkantoor aan de Marickenlaan in Wilnis. Kijk voor het complete aanbod op www.demaricken.nl of neem vast contact op met Brockhoff makelaars via 020 543 73 75 of nieuwbouw@brockhoff.nl.

De Maricken fase V

Start verkoop laatste woningen



www.demaricken.nl

de Maricken

NISSAN INTELLIGENT MOBILITY



Innovation that excites

NISSAN QASHQAI N-TEC

MEER DESIGN, MEER TECHNOLOGIE

RIJK UITGERUST MET O.A.:

- 19" zwarte lichtmetalen velgen « WIND »
- Exterieur- en interieurdesign met zwarte accenten
- Alcantara stoelbekleding
- Nissan ProPILOT
- Intelligent Park Assist
- N-TEC badge



TIJDELIJK MET € 2.750 KORTING!*

HOEKE
HOOFDDORP

Robijnlaan 2, 2132 WX Hoofddorp
Tel. (023) 554 40 55

www.hoekehoofddorp.nl

* De € 2.750 korting is uitsluitend geldig bij aanschaf van een nieuwe Nissan QASHQAI, ongeacht de uitvoering en transmissie. Actie is uitsluitend geldig op nieuwe klantorders van 01/06/2020 tot en met 30/06/2020, niet geldig voor fleet en (Private) Lease orders en niet inwisselbaar tegen contanten. Optionele pakketten en/of uitrusting zijn altijd de keuze van de consument en kunnen desgewenst tegen meerprijs worden geleverd. Getoond model kan afwijken van de beschreven uitvoering. Raadpleeg voor de beschikbaarheid en actievoorwaarden uw officiële Nissan-dealer. Alle wijzigingen voorbehouden aan Nissan Nederland.

QASHQAI 102-154 G/KM 3,8-5,8 L/100KM (NEDC 2.0)

NISSAN.NL

Sterk veld in AAS Schaakarena Jeffrey van Vliet weer de overtuigende winnaar

Aalsmeer - Met twaalf deelnemers was er een mooi groot en sterk veld aanwezig voor de AAS schaakarena op zondag 14 juni. Op de laatste plaats eindigde Gert Hellferich met 0 uit 2. Wellicht geschrokken door de sterkte van het veld hield Gert het daarna voor gezien. Ook Mark Trimp haakte na een eerste nul al af, jammer, volgende keer wel blijven spelen! Wie wel bleef spelen was Linda Bellamy, ze smaakte het genoeg om van Gert te winnen, maar boekte daarna een reeks van 9 nullen. Maar er werd hard gestreden in deze partijen en meestal gaat het pas mis in het eindspel en in tijdnood. Dus hier is duidelijk ruimte voor verbetering, gewoon doorgaan! Oud-AAS-lid Berry van Leur deed voor de eerste keer mee in de Arena en scoorde 3,5 uit 10, net zoveel als jeugdspeler Ivo, die net een iets gunstiger reeks had en daarmee qua score 1 punt meer had dan Berry. Jeroen Cromsigt begint aan de Azen te wennen en met een afsluitende en hard bevochtte remise tegen Ben, kwam hij op 4,5 uit 11. WIM Anna Rudolph was weer van de partij, ging voor nadenken en kwam daardoor slechts op 8 partijen en 4 punten, maar won wel van Ben die gaat voor de bekende boektitel 'zet eerst, denk later'. Deze tactiek werkte dit keer niet gewel-

dig en Ben eindigde op 5 uit 10 en een score van 11 punten. Wel heel bevredigend was de fraaie overwinning op Paul Schrama in een Siciliaan, die eerst niet geweldig ging. Ben moest een kwaliteits offeren en het leek dat Paul het eindspel kon uittikken. Maar Ben ging all-in en wist wat pionieren terug te winnen. In een complexe situatie trapte Paul in een truc en Ben won de kwal terug. In het dame-pion eindspel speelde Paul het niet handig en wist Ben tot een tweede dame te komen. Ondanks gierende tijdnood werd Paul mat gezet. Nog 13 seconden over, tijd genoeg! Bryan Habig haakte wat later aan en kwam op 5-8, daarmee 1 punt hoger scorend dan Ben. Het roest begint duidelijk te verdwijnen. Jeugd-speler Chenwu Zhu (10 jaar) wordt steeds beter en scoorde 6,5 uit 13, 'maar' 50% in zo'n veld en een handige eindsprint die een tweede plaats opleverde met een score van 29 punten. Met een bijna dubbele score was Paul met 80% weer sterk bezig. FM Jeffrey van Vliet was weer de overtuigende winnaar met 46 punten, maar liet dit keer toch twee wedstrijd-punten liggen. Dus, er is hoop mede-Azen: Er valt (eens) te winnen van Jeffrey. Kijk voor alle uitslagen en meer informatie op: <http://www.aas.leisb.nl/>.
Door Ben de Leur



Atletiek

4 Records voor AVA-jeugd bij coronaproof baanloop

Aalsmeer - De allereerste coronaproof AVA Waterdrinker baanloop leverde woensdagavond 10 juni maar liefst vier nieuwe baanrecords op. Om AVA-leden weer eens de mogelijkheid te bieden om de conditie te testen, was besloten om de maandelijkse baanloop van juni niet af te lasten, maar om te zetten in een onderlinge trainingwedstrijd. Dit betekende dat vanwege de corona-regels helaas alleen AVA-leden mochten meedoen en er gelopen moest worden in verschillende heats, zodat er voldoende onderlinge afstand kon worden gehouden. De hoofdafstand, de 5 kilometer, werd gewonnen door Corné Timmer (22 jaar) die met 15:55 het baanrecord van Floyd van Klink, gelopen in september

2019, met 17 seconden verbeterde. Wessel Heil (19 jaar) volgde 3 kilometer lang het spoor van Corné en verbeterde met 9:31 zijn eigen baanrecord met maar liefst 37 seconden. In het voorprogramma liepen vijf AVA-jeugdleden een supersnelle 1 kilometer. Winnaar werd de 15-jarige Finn Rademaker die het baanrecord op de 1 kilometer aanscherpte tot net onder de 3 minuten, namelijk 2:59. Tweede werd Colin Alewijnse (13 jaar) in 3:03. Zus Gwen Alewijnse (15 jaar) verbeterde haar eigen baanrecord met 7 seconden en finishte als derde in 3:07. Vierde werd Rink Reeuwijk (13) in 3:14 en vijfde Justin Alewijnse (12) in 3:20. Allemaal prestaties om trots op te zijn.



Voormalig burgemeester hockey-dier Pieter Litjens nieuwe voorzitter Qui Vive



De Kwakel - Enige weken geleden heeft het hoofdbestuur van Hockeyvereniging Qui Vive een commissie benoemd om een opvolger te vinden voor de huidige voorzitter Rob Das, die na ruim negen jaar stopt. De commissie is heel blij dat ze nu al positief nieuws kunnen aankondigen. Op de eerstkomende algemene ledenvergadering na de zomervakantie zal Pieter Litjens voorgedragen worden

als nieuwe voorzitter van Qui Vive. De in De Kwakel woonachtige Pieter Litjens stond bovenaan de shortlist en na een aantal diepgaande gesprekken bleek dat volkomen terecht. Hij is een echt hockey-dier, brengt een schat aan bestuurlijke ervaring mee en is een zeer prettig en innemend persoon. Iemand die de komende jaren de mooie hockeyvereniging van Uithoorn (en omstreken) weer een stapje verder kan brengen.

De voormalige burgemeester van Aalsmeer en wethouder van Amsterdam gaf in de gesprekken aan dat hij nu definitief in de regio geworteld is en graag een bijdrage wil leveren aan de club waar zijn kinderen met zoveel plezier hockeyen. Scheidend voorzitter Rob Das heeft laten weten zeer verheugd te zijn met zijn opvolger en zal de komende maanden richting de ALV zijn opvolger alvast in gaan werken.

als thema 'Mijn Mdr'. Er werden in een tijdsbestek van zes weken zeven verschillende verhalen ingestuurd. Deze verhalen zijn allen gepubliceerd op de website: www.mdr.nu. De juryleden hebben het verhaal 'De bange tocht in de lente' van Madelon Warnies uitgeroepen tot de winnaar van de schrijfwedstrijd. Madelon werd door alle drie de juryleden gekozen als één van de favorieten binnen hun persoonlijke top drie. De jury zei hierover het volgende: "Het verhaal is origineel en spannend. De angst is bijna voelbaar in het verhaal." Daarnaast riep het verhaal herkenning op bij de juryleden, omdat zij ook een ontmoeting met een zwaan hebben gehad. De twee andere verhalen die de top 3 behaalden

waren 'Het sportadvies' en 'Conditie'. 'Het sportadvies' is een grappig verhaal over een dame die op doktersadvies besloot te gaan sporten. Dit monddie uit in blessures, waarop zij het sporten opgaf. De juryleden roemden het sportadvies om de humor van het verhaal. In 'Conditie' omschreef de schrijver hoe hij probeerde in beweging te blijven. Het roeien vervangen door mee te doen met Nederland in beweging was helaas geen succes. "Het verhaal had een goede opbouw en een mooi slot", aldus de jury. De zelfkennis van de schrijver werd erg gewaardeerd. Alle verhalen lezen kan op de website van de Roei- en Kanovereniging Michiel de Ruyter: www.mdr.nu.
Tekst: Kim de Vries

Postduivenvereniging de Telegraaf Cees van Vliet winnaar eerste officiële vlucht

Aalsmeer - Lang verwacht en toch gekregen, zegt men wel eens, nou dat was voor de Postduiven liefhebbers in Nederland zeker van toepassing. Net voor het seizoen zou starten, sloeg het coronavirus toe, en moest iedereen in de Lock down. De duivensport werd, net als alle andere sporten verboden, en terecht, gezondheid gaat voor alles. De leden van Postduivenvereniging de Telegraaf hadden het seizoen al afgeschreven, want tot 1 september was alles op slot, net als alle andere sportbonden moest er een protocol gemaakt worden, en dat was het sein om langzaam te beginnen. De leden mochten wel met de duiven vliegen, maar niet in wedstrijdverband, dus alleen oefenvluchtjes binnen Nederland vanaf 23 mei. Met ingang van vorige week mogen er weer wedstrijdvluchten gehouden worden, echter lossen in België was nog verboden. Vanaf dit weekend mocht dat wel weer. Vrijdagavond werden de duiven volgens het protocol ingekorft voor de vlucht vanuit Quievrain, waar ze zaterdagmorgen om 08.20 uur in vrijheid werden gesteld. De mannen van het korte werk (de Vitesse spelers) hadden niet stil gezeten en dat laat de uit-

slag zien. De gemiddelde afstand was 220 kilometer. Cees van Vliet werd eerste met zijn 448, die om 10.20.26 uur (92,3 kilometer per uur en een snelheid maakte van 1539,493 meter per minuut) op het honk terug arriveerde. Aad van Belzen werd tweede in exact dezelfde tijd, maar zijn dief heeft een kortere afstand gevlogen. Gerard en Lies v.d. Bergen werden derde. De uitslag is als volgt:
1. C. van Vliet Kudelstaart
2. A. van Belzen Kudelstaart
3. Gerard en Lies v.d. Bergen Kudelstaart
4. J. van Ackooy Hoofddorp
5. Comb. Baas & Berg De Kwakel
6. Comb. v. Leeuwen & v. Grieken Aalsmeer
7. D. Baars Kudelstaart
8. A. v.d. Wie Aalsmeer
9. W. Wijffe De Kwakel
10. P. v. d. Meijden Aalsmeerderbrug
11. M. de Block Aalsmeer
12. Darek Jachowski Mijdrecht
13. Th. v.d. Wie Aalsmeer
14. E. Wiersma Amstelveen
15. Tim Rewijk Kudelstaart
16. Gebr. Verheijen Amsterdam
Aanstaande zaterdag 20 juni is de eerste Midfond (middenafstand) vlucht vanuit het Franse Peronne.

Zomercompetitie schaakclub Westeinder Willem op één na tweede schaakronde in Dorpshuis

Kudelstaart - In de tweede ronde van de Zomercompetitie van schaakclub Westeinder werd er weer fel gestreden. Het is toch leuker om tegenover iemand een potje te spelen, dan alleen maar achter de computer te schaken. Het schaken op twee borden begint ook te wennen. De extra tijd die je krijgt in de tijdnoodfase maakt het mogelijk om je partij goed uit te kunnen spelen, al liggen fouten natuurlijk op de loer! Tom van der Zee, Wim Appelman en Rik Konst waren deze avond voor het eerst van de partij, waarmee het aantal deelnemers op 13 komt. Er kunnen er nog meer bij, er is ruimte genoeg en aan de bar in het Dorpshuis is het na afloop heel gezellig! De uitslagen van de tweede ronde: Willem Hensber-

gen - Olivier Marincic 6-0; Maarten de Jong - Peter Verschueren 1-4; Jan van der Sluis - Tom van der Zee 4-1; Wim Appelman - Marco Hutters 0-6; Rik Konst - Mladen Cicek 3-3. Na twee rondes staat Willem Hensbergen op de eerste plaats met de maximale score van 12 punten. De verschillen zijn echter nog klein en per avond zijn er 6 punten te verdienen. En als je in ronde 3 nieuw instapt begin je al met 6 punten (twee maal drie punten voor afwezigheid in de eerste 2 rondes) en kun je nog meedoen om de prijzen! Wel graag vooraf aanmelden via schaakclubwesteinder@gmail.com, dan kunnen vooraf de tafels met voldoende afstand, en de borden en stukken worden neergezet.



Vier keer vrijblijvend meetraineren Honk- of softballen voor jong en oud bij Thamen

De Kwakel - Altijd al willen honkballen en/of softballen of wel weer zin om te beginnen aan je favoriete sport? Iedereen is van harte welkom om vier keer geheel vrijblijvend mee te trainen bij de honk- en softbalvereniging Thamen. De jeugd tot en met 18 jaar heeft reguliere training waarbij de trainers rekening houden met de 1.5 meter richtlijn. Gelukkig is voor 19+ training op 1.5 meter bijzonder goed mogelijk, omdat er tijdens wedstrijden ook weinig lichamelijk contact is. Thamen is een gezellige vereniging met een enthousiast kader. Honkbal en softbal is voor iedereen, jong en oud, amateur of prof en voor jongens en voor meisjes (dan wel dames en heren). Vanaf vijf jaar is het mogelijk om te honkballen of softballen in één van de acht jeugdteams. Voor spelers van eenentwintig jaar en ouder heeft Thamen drie senio-

ren honkbalteams en zeven softbalteams. Het Mixed Slowpitch team, een recreatieve gemengde vorm van softbal, maakt de mogelijkheden compleet. Het oudst spelende lid is inmiddels 70+. Honk- en softbalvereniging Thamen is te vinden aan de Vuurlijn 24 in De Kwakel en heeft op dit moment rond de 250 leden uit Uithoorn en ruime omgeving. Honkbal en softbal zijn uitdagende en spannende sporten. Als slagman en honkloper komt het op je individuele kracht en snelheid aan, in het veld verdedig je als team samen de honken. En hoe meer ervaring je met je team opdoet, hoe meer tactiek en strategie je samen in het spel kunt stoppen. Dat maakt honkbal en softbal boeiend voor iedereen! Opgeven voor de training of meer informatie? Stuur dan een e-mail naar info@thamen.info of stuur een berichtje naar 06-51679394.

Vooraf reserveren voor tijdsblok Buitenbad Waterlelie is open voor bezoekers

Aalsmeer - Het buitenbad van zwembad De Waterlelie is klaar voor de zomer. Sinds vrijdag 12 juni is het mogelijk om buiten te zwemmen. Door de maatregelen rond het coronavirus gelden er wel enkele belangrijke regels. Net als voor het binnenbad, moet er ook voor het buiten zwemmen vooraf gereserveerd worden. Voor het buitenbad reserveren de bezoekers voor een tijdsblok van vier uur aaneengesloten en tickets dienen online aangeschaft te worden. Alleen deze combinatie geeft toegang tot het buitenbad. De toegang en het vertrek vindt volledig buiten plaats (nieuwe entree, links van

de buis van de binnen glijbaan). Elke bezoeker van het buitenbad is verplicht zich aan de richtlijnen te houden om de veiligheid en gezondheid van andere gasten en medewerkers te waarborgen. Douchen op het terrein is niet mogelijk en bezoekers dienen de zwemkleding al onder de gewone kleding aan te hebben. Er is geen kleedruimte beschikbaar. En let op: De horeca is nog gesloten. Kom op het tijdstip dat je hebt gereserveerd, niet eerder! Het buitenbad is tot en met 31 augustus (bij mooi weer) geopend. Kijk voor alle informatie op www.dewaterlelieaalsmeer.nl.

Diverse wandel- en fietstochten Stelling van Amsterdam bezoeken en ontdekken

Regio - Wil je natuur en cultuur ontdekken deze zomer in eigen land? Bezoek en ontdek de Stelling van Amsterdam via een mooie wandel- of fietstocht. Dus stap op de fiets of trek je wandelschoenen aan. Met de gratis downloadbare routegids aan je zijde zie je de mooiste dingen. Maak een leuke wandel- of fietstocht (met fort, bunker, sluis of ander militair object) van jullie eigen Stellingtocht en stuur deze vóór 1 augustus in naar info@stellingvanamsterdam.nl. De leukste foto wordt beloond met vier tickets voor een dagje Forteiland IJmuiden.

UNESCO fietsroute
Fiets deze zomer 800 kilometer door het UNESCO werelderfgoed van Nederland. Tijdens de Fiets en Wandelbeurs in Utrecht werd in maart van dit jaar de Fietsroute UNESCO Werelderfgoed gepresenteerd. Een fietsroute van bijna 800 kilometer langs al het UNESCO Werelderfgoed van Nederland, waaronder de Stelling van Amsterdam! Er zijn ook kortere rondjes gekoppeld aan deze route. Lees meer over de UNESCO Werelderfgoed Fietsroute en andere wandel- en fietstochten op www.stellingvanamsterdam.nl

Roei- en Kanovereniging in coronatijd Madelon Warnies wint schrijfwedstrijd Mdr

Uithoorn - De Uithoornse Roei- en Kanovereniging Michiel de Ruyter organiseerde een schrijfwedstrijd tijdens de sluiting van de vereniging. Het idee voor de schrijfwedstrijd kwam van kano-lid Oscar

Lassally, die zich ook direct aanmeldde als jurylid. Samen met Marianne Akkerman en Joke Harte vormden zij een driekoppige jury. De opdracht was simpel schrijf in maximaal 400 woorden iets met

Pronto wonen

DE LEUKSTE
WOONWINKEL!



Barrio 2,5-Zit's (2x70) met arm, 2,5-zits (2x80) met arm hoge rug caramel, excl. luxe opties, vanaf 439,-. 2. Wandmeubel Castano zwart (hxbxd) 129x035x032 cm, excl. accessoires 139,-. 3. Wandmeubel Castano zwart (hxbxd) 026x172x032 cm, excl. accessoires 129,-. 4. Salontafel Miori eiken zwart staal (hxbxd) 047x070x120 cm, excl. accessoires 159,-.



Buffetkast Robusto in Acaciahout kleur: Vintage Grey. H200x168x040/45cm 1199,-.

VEILIG WINKELEN BIJ PRONTO

Pronto blijft voor je klaar staan met inspiratie en advies, zowel in de winkel als online. Wij nemen vanzelfsprekend alle RIVM-richtlijnen in acht, zodat je veilig en prettig bij ons kunt winkelen. Tevens kun je een afspraak maken met één van onze medewerkers voor een persoonlijk advies op maat.
T. 023 - 5290066
info@prontowonencruquius.nl

GRAAG TOT ZIENS IN ONZE WINKEL

ROBUSTO IS EEN COMPLEET
WOONPROGRAMMA IN ACACIAHOUT
IN DE KLEUR VINTAGE GREY.
UIT VOORRAAD LEVERBAAR!



KIES UIT
3 SOORTEN &
2 KLEUREN!

Ornament Jirafa in 3 soorten & 2 kleuren. Per stuk vanaf 24,95.



KIES UIT VELE SOORTEN
ARMEN IN 2 HOOGTES!

UIT VOORRAAD LEVERBAAR!

Elementenbank Modo in Microleder Bull. H86x837x0292cm zoals afgebeeld excl. luxe opties 1899,-. Bijpassende hoofdsteun vanaf 85,-. Bijzettafel Robusto in Acaciahout kleur Vintage Grey. B73xL73cm 249,-.



1. Eettafel Robusto in Acaciahout kleur Vintage Grey. B95xL190cm 449,-. 2. Armstoel Brasile vanaf 119,-. 3. Hanglamp Lombardi H150cm 179,-.

Pronto
wonen
WOONBOULEVARD CRUQUIUS

PRONTO WONEN WOONBOULEVARD CRUQUIUS
Spaarneweg 22 www.prontowonen.nl/winkel/cruquius

Openingstijden:
Ma.: 13:00 - 17:30 uur - Di. t/m Vr.: 09:30 - 17:30 uur
Za.: 09:30 - 17:00 uur - Zo.: 12:00 - 17:00 uur

Kijk op Facebook en Instagram voor meer wooninspiratie en de nieuwste collecties.



Snel in huis?
Maak gratis gebruik van onze leenbus of aanhanger.*

*Vraag naar de voorwaarden in onze winkel.

Elke
zondag
open



Watertoren middelpunt van kleurrijke zonsondergang

Aalsmeer - De watertoren is zo goed als zeker het meest gefotografeerde gebouw in de gemeente. De toren van Sangster is geliefd bij menig inwoner. Na een vakantie of enkele dagen weg is de watertoren zien thuis komen. Ook fotograaf Kick Spaargaren

mag graag de watertoren op de foto zetten. De laatste paar weken in combinatie met de regelmatig prachtige lichten boven de Westeinderplassen. Afgelopen zaterdagavond 13 juni heeft Kick de beide 'blikvangers' samen op de foto gezet: De watertoren

in volle glorie bij een kleurrijke zonsondergang.
Foto: www.kicksfotos.nl



Weer reuring op velden bij Noorddammerweg Hockeyplezier bij Qui Vive

De Kwakel - Afgelopen zaterdag was er vanaf de Noorddammerweg weer reuring te zien op de hockeyvelden van Qui Vive. Gezien er de afgelopen maanden door alle corona-maatregelen geen hockeycompetitie was, bleven de hockeyvelden in de weekenden stil en leeg. Maar gelukkig kwam daar afgelopen zaterdag verandering in. Vanaf Koningsdag was er door een aantal vrijwilligers een QV veiling georganiseerd die een week lang duurde. Op allerlei fantastische items kon geboden worden. Naast bijvoorbeeld dinerbonnen, boottochtjes en prachtige boeketten kon er ook geboden worden op echte QV items. Zo werden er ontbijtjes aangeboden door de JD3, maar ook kon er geboden worden op strafcorner- en keeperstrainingen en clinics die gegeven zouden worden door trainers en spelers uit bijvoorbeeld de jongens A1, Heren 1 en Dames 1. Afgelopen zaterdag 6 juni werd een aantal van deze gewonnen items ingelost waarbij iedereen zich uiteraard goed aan alle coronamaatregelen hield. De ochtend begon met een strafcorner (sleep)training van specialist Linze Andringa (Heren 1) die tijdens de veiling gewonnen was door Jonne (uit jongens D2). Samen met twee teamgenootjes hebben zij veel van Linze geleerd. De jongens van D1 hadden tijdens de veiling een gave training gewonnen van de spitzen uit Heren 1, Jelle Westendorp en Wouter Haremaker, waarbij de jongens in anderhalf uur tijd weer allerlei nieuwe dingen geleerd hebben. De dag werd afgesloten door een super leuke training van Jurre en Jur uit de Jon-

gens A1, die de Jongens 8E1 gewonnen hadden.

Stokstaartjes

Tijdens de ochtend was er ook ruimte voor de allerjongste jeugd, de stokstaartjes (4 tot 6 jaar). Dit stond los van de Qui Vive veiling, maar de stokstaartjes stonden ook vol enthousiasme te trappelen om dit seizoen nog te mogen hockeyen. Vandaar dat Qui Vive deze groep kinderen ook graag de kans gaf en geeft om weer even lekker op het veld te mogen staan. Ze hadden tijdens het voorjaarsblok maar aan één training kunnen deelnemen, voordat de coronamaatregelen verder trainen onmogelijk maakte. Afgelopen zaterdag mochten ze weer en wat waren ze stoer zo zonder papa en mama. Ouders konden namelijk het terrein helaas nog niet op, maar dat maakte voor veel stokstaartjes helemaal niets uit. Zij kwamen evengoed heel graag hockeyen. Net voor de start kwam er nog even wat hagel uit de lucht vallen, maar op het moment dat de training voor deze groep kinderen begon werd het droog en kwam het zonnetje af en toe nog voorzichtig even door. Het was fantastisch om die lachende koppies over het veld te zien gaan en enthousiast te zien hockeyen. De andere trainingen en clinics die tijdens de veiling gewonnen zijn, worden komende weken ingelost. Ook gaan de stokstaartjes op zaterdag 20 juni nog een keer trainen. Naast de doorde-weekse trainingen komt op deze manier de gezelligheid langzaam aan in de weekenden ook weer een beetje terug. Helaas blijft het complex buiten deze georganiseerde activiteiten voorlopig nog wel even dicht.

Segment verder versterken Superplant B.V. sluit zich aan bij OZ Planten

Aalsmeer - Superplant B.V. uit Aalsmeer, team van specialisten in de handel van kamer- en tuinplanten, sluit zich aan bij OZ Planten, onderdeel van Dutch Flower Group. Vanuit Aalsmeer richt Superplant zich al meer dan een decennium op de exclusieve beleving van de groothandel met kamer- en tuinplanten, naar diverse landen in Europa. Deels middels dagelijkse inkoop via de veilingssystemen, deels rechtstreeks bij toonaangevende kwekers van planten.

Directeur-eigenaar Frank Notenboom van Superplant ziet grote kansen met deze aansluiting. Notenboom: "Het netwerk, de logistiek alsmede de state-of-the-art web omgeving van OZ Planten biedt ons team van specialisten veel mogelijkheden om onze

groothandelsklanten nog beter te bedienen. Wij zullen als team binnen het team elkaar gaan versterken."

Algemeen directeur Henk-Willem Spaargaren van OZ Planten is zeer blij met de aansluiting van Superplant en ziet veel mogelijkheden door de integratie van het team van Superplant om haar positie binnen het groothandelssegment verder te versterken. Spaargaren: "OZ Planten kan voor de klanten van Superplant veel meerwaarde bieden, onder meer door onze logistiek, marketing en digitalisering. Dit versterkt de positie van de klanten en biedt groeimogelijkheden, daar ben ik van overtuigd." Het management en de bedrijfsnaam Superplant blijven na de aansluiting ongewijzigd.

V.l.n.r.: Marco van Veen, Frank Notenboom en Henk-Willem Spaargaren.



Oud papier in Rijsenhout

Rijsenhout - Volgende week zaterdag 27 juni zullen de leden van de Ontmoetingskerk en Handboogvereniging Target weer oud papier ophalen in Rijsenhout. Vanaf 9.30 uur kunnen de bewoners van Rijsenhout het oud papier gebundeld of in dozen/krat-

ten aan de weg zetten. Probeer rekening te houden met het feit dat de grote vrachtauto's niet zo wendbaar zijn. De ophaalauto's zullen ongeveer 9.30 uur vertrekken bij de Ontmoetingskerk aan de Werf 2 te Rijsenhout. Het oud papier mag eventueel ook naar het startpunt aldaar gebracht worden. De leden van de Ontmoetingskerk en HBV Target zijn inwoners zeer erkentelijk voor de medewerking.

Muziek en design in totaaltheater Wende presenteert in 2021 'De Wildernis' in P60

Amstelveen - Eén van de meest opzienbarende artiesten van Ne-

derland komt naar Amstelveen! Op vrijdag 4 juni 2021 presen-

Politie zoekt getuigen van ongeval in bos

Amstelveen - Op vrijdag 29 mei omstreeks 12.45 uur is een 61-jarige fietser bij de Hazenheuveld in het Amsterdams bos ten val gekomen. Een boomstam lag dwars over het pad en deze zag de fietser te laat. Hij werd gelanceerd en is zeer ernstig gewond geraakt. Het slachtoffer heeft een dwarslaesie opgelopen en ligt in kritieke toestand in het ziekenhuis. De recherche is een onderzoek gestart naar wat er voorafgaand aan de val is gebeurd en of er sprake is van een ongeval of dat er mogelijk opzet in het spel is. De politie hoopt met hulp van publiek een beter beeld te krijgen van wat er die middag is gebeurd. Op genoemde middag in het bos in de omgeving van de Hazenheuveld geweest en iets opvallends gezien of gehoord? Wellicht is er beeldmateriaal beschikbaar, bijvoorbeeld van dashcams van geparkeerde auto's. Wie meer informatie heeft wordt verzocht contact op te nemen met de politie via 0900-8844, anoniem via 0800-7000 of wil het tipformulier in via www.politie.nl.



Motorrijder gewond na aanrijding met auto

Aalsmeer - Op de kruising Zwarteweg met de Lakenblekerstraat zijn op woensdag 17 juni rond half drie in de middag een auto en een motor op elkaar gebotst. De politie, brandweer en ambulancedienst waren snel met meerdere voertuigen ter plaatse. Ook is er hulp gekomen van medewerkers van de traumahelikop-

ter. De motorrijder is gewond geraakt en is naar het ziekenhuis vervoerd. Naar de exacte oorzaak van de aanrijding wordt door de politie onderzoek gedaan. De kruising is enige tijd afgesloten geweest voor het verkeer. Het ongeval trok veel kijkers, die overigens op gepaste afstand bleven.
Foto: Marco Carels



Parcours open van 18 t/m 30 juli 32ste Polderloop gaat (individueel) door!

De Kwakel - Atletiekvereniging AKU heeft in overleg met de organisatie van het Polderfeest in De Kwakel een Polderloop kunnen samenstellen met inachtneming van de actuele corona voor- schriften. De Kooymaan Polderloop kan dit jaar individueel worden gelopen over de afstanden 4 en 10 kilometer in de periode van zaterdag 18 tot en met donderdag 30 juli. Deelnemers lopen het parcours solo of samen met één of twee andere lopers, maar daarbij moet de 1,5 meter onderlinge afstand wel worden gerespecteerd. Dankzij de spontane ondersteuning van de vele sponsors van de Polderloop is de deelname gratis. Veel activiteiten die waren gepland in verband met 200 jaar Uithoorn zijn helaas niet doorgestaan sinds begin maart. De atletiekvereniging is blij dat met het doorgaan van de Polderloop er weer aandacht kan worden gegeven aan dit jubileumjaar. Elke dag zal het feestterrein bij KDO De Kwakel toegankelijk zijn van 9.00 tot 21.00 uur. Het start- en finishgebied wordt feestelijk aangekleed met start- en finishdoeken, bogen en kleurige sponsoruitingen. Ideaal voor een selfie moment. Deelnemers kunnen starten op de dag en op het tijdstip dat hen het beste uit-

komt. Via een registratieprogramma (bijvoorbeeld Strava of Run-keeping) op je telefoon of horloge houd je de gelopen afstand en tijd bij. Na afloop maak je een screenshot van je tijd en gelopen parcours en stuurt dit samen met je naam naar het mailadres van de organisatie (Atletiek Klub Uithoorn).

De ontvangen uitslagen worden verwerkt in de uitslagenlijst en elke deelnemer ontvangt digitaal de uitslag en als herinnering een eigen digitale oorkonde (PDF) met naam, datum en gelopen tijd. Van te voren inschrijven is niet nodig (de loop is gratis), dus gewoon lekker lopen wanneer het uitkomt. Het ongewijzigde parcours volgt de openbare weg, als deelnemer dien je de eigen veiligheid in acht te nemen.

Vorbereiding

Deelnemers kunnen zich op veel manieren voorbereiden op de Polderloop. Maar voorbereiden onder deskundige begeleiding kan uitstekend bij de looptrainingen van AKU die op dinsdag- en donderdagavond plaatsvinden op de atletiekbaan van AKU. Neem voor meer informatie contact op met Rene Noorbergen via rene.noorbergen@gmail.com of bel 06-55858584.

teert Wende 'De Wildernis' in Poppodium P60. Een concert waarin ze muziek en design versmelt tot zinnenprikkend totaaltheater. 'De Wildernis' is ontstaan in samenwerking met een (inter-)nationale team van gerenommeerde schrijvers en ontwerpers. Wende gaat op zoek naar antwoorden op vragen die we liever niet stellen, maar die ons raken in ons hart, hoofd en onderbuik. Nieuwsgierig, moedig en rusteloos gaat ze van de gebaande paden af en zet licht op gebieden waar normaal de schaduw heerst. Wende is mis-

schien wel een van de meest opzienbarende artiesten die Nederland kent. Met constante hoge kwaliteit albums een voorstellingen sleept de zangeres meerdere Edisons, een Gouden Harp en de Annie M.G. Schmidt prijs binnen. Wende slaagt erin om met haar schurende teksten, dampende elektronica en klassieke invloeden het vertellende lied van Piaf en Brel mee te slepen naar de 21e eeuw. Vrijdag 4 juni 2021 - Tickets vanaf 30 euro. De kaartverkoop gaat direct van start via: <https://www.p60.nl/04-06-2021/wende>.

DEEN biefstuk
200 gram



Tip: Kastanje champignons
bak 250 gram, € 1,00.

200 gram
4.40
3.50
Actieprijs per kilo 17.50

Jupiler, Grolsch of Warsteiner pils*

2 kratten à 24 flesjes
24.00 - 33.60
12.00 - 16.80



2 halen
1 betalen

LEKKER WEEKEND

Dat is lekker thuiskomen.



Tiresia Prosecco
Italiaans mousserende
wijn of Cava Gran
Espanoso Spaans
mousserende wijn
alle soorten
fles 75 cl



ACTIE
4.40 - 6.00
3.50
Actieprijs per liter 4.67

Orgullo fuet assorti
pak 5 stuks



ACTIE
4.50

Qizini panini
alle soorten
2 stuks à 165 gram
4.10
2.05



OM THUIS
AF TE BAKKEN
**1+1
gratis**

Maaza of Limondaine
alle soorten
pak 1 liter
of fles 1,5 liter



ACTIE
1.05 - 1.45
1.00
Actieprijs per kilo 6.21

DEEN Vaderdag schnitt
per stuk



Vaderdagtip
Ik ♥ papa

ACTIE
4.00

Ambachtelijk schepijs
alle soorten
beker 500 ml



ACTIE
3.00 - 3.10
2.75
Actieprijs per liter 5.50

Perziken 1 kilo of
pitloze witte druiven 500 gram
2 bakken



2 voor
5.20 - 5.50
3.00

*De prijzen kunnen verschillen. De kassa berekent 50% korting op het totaalbedrag van 2 stuks.